

**ИРВИН ЯЛОМ**

# ЛЕЧЕНИЕ ОТ ЛЮБВИ

и другие  
психотерапевтические  
новеллы



БИБЛИОТЕКА  
ПСИХОЛОГИИ  
И ПСИХОТЕРАПИИ  
ВЫПУСК 21

## **Ирвин Ялом - Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы.**

### **Автопортрет в жанре экзистенциального триллера (заметки переводчика).**

*"Во всем у нас привыкли видеть рожу сочинителя".*

Н.В. Гоголь

Любой перевод предполагает диалог с автором, установление личного контакта, позволяющего переводчику "войти в образ", уловить интонацию, "вжиться" в авторский стиль. В данном случае сделать это было непросто: образ автора постоянно ускользал, двоился, и, боюсь, так и остался до конца не разгаданным.

Все, что мне было известно об авторе книги до начала работы, ограничивалось краткой биографической справкой: знаменитый американский психотерапевт, автор фундаментальных руководств по групповой и экзистенциальной терапии, профессор Стэнфордского университета.

Естественно было ожидать от текста некоторой доли академичности. И вдруг...

Лихо закрученный сюжет, который держит в напряжении до последней страницы, колоссальный накал страстей, весьма откровенные авторские признания, граничащие с эксгибиционизмом, "крепкие" словечки, бурные сцены и эффектные концовки, - каждая из десяти новелл изложена как крутой американский боевик, а сам Ирвин Ялом - автор и одновременно главный герой повествования - предстает со страниц книги таким суперменом, правда, суперменом, который способен отнестись к себе с некоторой долей иронии.

В оригинале книга называется "Палач любви" ("Love's Executioner"). Под "палачом" И. Ялом подразумевает самого себя, название же обещает читателю то ли индийскую мелодраму, то ли

психологический триллер, то ли кровавый боевик, - а на деле оказывается пародией на все эти жанры, приправленной научно-популярным гарниром.

Ялом намеренно создает несколько утрированный образ психотерапевта-супермена и тут же над ним иронизирует, дразня читателя и вовлекая его в сложную игру разоблачений и умолчаний, откровенности и притворства.

Поначалу эта откровенность кажется головокружительно смелой, почти шокирующей и не всегда оправданной. Ну кто, спрашивается, заставляет стэнфордского профессора признаваться в сексуальном влечении к пациентке или в отвращении к своей матери? Но потом начинаешь понимать, что каждое его "признание" тщательно выверено и точно дозировано, и при этом сделано в определенных дидактических целях.

Ялом, помимо всего прочего, университетский преподаватель, педагог. И эта книга - отчасти пособие для студентов, изучающих психотерапию. А что может быть более убедительным подтверждением теорий и правил, чем ссылка на собственный опыт? Даже если бы с ним не случилось все то, что он описал, это следовало бы выдумать для иллюстрации его теоретических положений. Впрочем, кто поручится, что он именно так и не сделал?

Если автор предстает со страниц книги таким пародийным суперменом, то сама психотерапия напоминает захватывающее приключение, полное опасностей, тайн и напряженной борьбы. Несмотря на свои постоянно подчеркиваемые экзистенциалистские убеждения, в своем отношении к психотерапевтическому процессу Ялом остается психоаналитиком: как и для Фрейда, психотерапия для него - детективное расследование, разгадывание загадки, упорный поиск истины. Только это уже не истина прошлого - инфантильной сексуальности, Эдипова комплекса и детских травм, - а истина "четырех данностей" человеческого существования: одиночества, неизбежной смерти, экзистенциальной свободы и бессмысленности жизни. И на пути к этой истине психотерапевту-детективу приходится преодолевать многочисленные трудности: сопротивление пациентов, их страх и лень, их примитивные бессознательные аффекты, ну и, разумеется, свои собственные - те, что на языке

специалистов именуется контрпереносом, а на языке обычных людей - вождедением, отвращением, скукой, раздражением, - то есть те самые чувства, которые обычные люди время от времени испытывают друг к другу и которые психотерапевт призван в себе изживать.

Странное дело: автор вроде бы ничего не приукрашивает, наоборот, открыто демонстрирует всю психотерапевтическую "кухню" с ее порой неприглядными деталями. И, тем не менее, описываемая им работа психотерапевта кажется страшно увлекательным занятием: борьба с собственной скукой или неприязнью к нудной и злобной клиентке выглядит захватывающей, как подвиги Геракла или похождения Индианы Джонса. Романтические юноши и девушки после чтения этой книги должны валом повалить в психотерапевты, как в свое время, после фильмов о Чкалове и Челюскине - в летчики и полярники.

Так рассказать о психотерапии может только тот, кто по-настоящему влюблен в эту профессию. И это, пожалуй, единственное, что можно утверждать наверняка об этом постоянно ускользающем от понимания человеке: он искренне предан своему делу, хотя, признаваясь во всех мыслимых грехах и слабостях (включая даже смешные), он нигде открыто не признается в своей любви к психотерапии.

Отсутствие этого главного признания - не только еще одно доказательство литературного вкуса автора (вся книга, по сути, и есть признание - так зачем его дублировать?), но и какая-то новая грань его образа. Может быть, никакой он не супермен-детектив, не самоуверенный эксгибиционист и не "палач любви", а совсем наоборот - ее молчаливый и преданный рыцарь?

Анна Фенько

## **Благодарности.**

Больше половины этой книги было написано во время годичного отпуска, который я провел в путешествиях. Я благодарен многим людям и организациям, которые заботились обо мне и облегчили мне работу над книгой: Гуманитарному центру Стэнфордского

университета, Исследовательскому центру Белладжио Рокфеллеровского фонда, докторам Микико и Цунехито Хасагава - в Токио и на Гавайях, кафе "Мальвина" в Сан-Франциско, программе поддержки научного творчества Бенингтонского института.

Я благодарен моей жене Мэрилин (моему самому строгому критику и верному помощнику), редактору издательства "Basic books" Фоби Хосс, подготовившей к публикации эту и предыдущие мои книги, вышедшие в этом издательстве, и редактору моего проекта в "Basic books" Линде Кэрбон. Спасибо также многим и многим моим коллегам и друзьям, которые не удирали со всех ног, видя, как я приближаюсь к ним с очередным рассказом в руках, а высказывали мне свою критику и выражали поддержку или утешение.

Путь к этой книге был долгим, и по дороге я, конечно, растерял многие имена. Но вот часть из них: Пэт Баумгарднер, Хелен Блау, Мишель Картер, Изабель Дэвис, Стэнли Элкин, Джон Фел-стинер, Альберт Джерард, Маклин Джерард, Рутелин Джоселон, Херант Катчадориан, Стина Хатчадориан, Маргерита Ладерберг, Джон Леруа, Мортон Либерман, Ди Лум, К.Лум, Мэри Джейн Моффат, Нэн Робинсон, моя сестра Джин Роуз, Гена Соренсен, Дэвид Шпигель, Винфрид Вайс, мой сын Бенджамин Ялом, студенты - врачи и психологи - выпускники Стэнфорда 1988 года, мой секретарь Би Митчелл, в течение десяти лет печатавшая мои клинические заметки и идеи, из которых выросли эти рассказы. Я неизменно благодарен Стэнфордскому университету за оказываемую мне поддержку, академическую свободу и за создаваемую им интеллектуальную атмосферу, которая так необходима для моей работы.

Я в большом долгу перед десятью пациентами, которые стали украшением этих страниц. Все они прочли свои истории (за исключением одного, умершего еще до окончания моей работы) и дали согласие на публикацию. Каждый из них проверил и одобрил изменения, сделанные мной для сохранения анонимности, многие оказали редакторскую помощь, один из пациентов (Дэйв) подсказал мне название своей истории. Некоторые пациенты отметили, что изменения были слишком существенными, и настояли на том, чтобы я был более точен. Двое были недовольны моим излишним саморазоблачением и некоторыми литературными вольностями, но,

тем не менее, дали свое согласие и благословение в надежде на то, что их история может быть полезной для терапевтов и/или пациентов. Всем им я глубоко благодарен.

Все истории в этой книге реальные, но я был вынужден многое изменить в них, чтобы сохранить анонимность пациентов. Я часто прибегал к символически равнозначным заменам в отношении личностных черт и жизненных обстоятельств пациента; иногда я переносил на героя черты другого пациента. Диалоги часто вымышлены, а мои размышления добавлены задним числом. Я уверен, что читатели, которые подумают, что узнали кого-то из десяти героев книги, обязательно ошибутся.

## **Пролог.**

Представьте себе такую сцену: три или четыре сотни человек, не знакомых друг с другом, разбиваются на пары и задают друг другу один-единственный вопрос: "Чего ты хочешь?" - повторяя его снова и снова.

Что может быть проще? Один невинный вопрос и ответ на него. И, тем не менее, раз за разом я наблюдал, как это групповое упражнение вызывает неожиданно сильные чувства. Временами комната просто содрогается от эмоций. Мужчины и женщины - а это вовсе не отчаявшиеся и несчастные, а благополучные, уверенные в себе, хорошо одетые люди, которые выглядят удачливыми и преуспевающими, - бывают потрясены до глубины души. Они обращаются к тем, кого навсегда потеряли, - умершим или бросившим их родителям, супругам, детям, друзьям: "Я хочу увидеть тебя снова"; "Я хочу, чтобы ты любил меня"; "Я хочу, чтобы ты знал, как я люблю тебя и как раскаиваюсь в том, что никогда не говорил тебе об этом"; "Я хочу, чтобы ты вернулся, - я так одинок!"; "Я хочу иметь детство, которого у меня никогда не было"; "Я хочу снова стать молодым и здоровым. Я хочу, чтобы меня любили и уважали. Я хочу, чтобы моя жизнь имела смысл. Я хочу чего-то добиться. Я хочу быть важным и значительным, чтобы обо мне помнили".

Так много желаний. Так много тоски. И так много боли, обычно поверхностной, и лишь минутами по-настоящему глубокой. Боль

судьбы. Боль существования. Боль, которая всегда с нами, которая постоянно прячется за поверхностью жизни и которую так легко ощутить. Множество событий: простое групповое упражнение, несколько минут глубокого размышления, произведение искусства, проповедь, личностный кризис или утрата - все напоминает нам о том, что наши самые сокровенные желания никогда не исполнятся: желание быть молодым, остановить старость, вернуть ушедших, мечты о вечной любви, абсолютной безопасности, неуязвимости, славе, о самом бессмертии.

И вот когда эти недостижимые желания начинают управлять нашей жизнью, мы обращаемся за помощью к семье, друзьям, религии, а иногда - к психотерапевтам.

В этой книге рассказаны истории десяти пациентов, обратившихся к психотерапии и в процессе лечения столкнувшихся с болью существования. Но пришли они ко мне вовсе не по этой причине: все десять пациентов страдали от обычных повседневных проблем: одиночества, презрения к себе, головных болей, импотенции, сексуальных отклонений, лишнего веса, перенапряжения, горя, безответной любви, колебаний настроения, депрессии. Но всякий раз (и каждый раз по-новому) в процессе терапии обнаруживались глубинные корни этих повседневных проблем - корни, уходящие вниз, к самому основанию опыта.

"Я хочу! Я хочу!" - слышится на протяжении всех этих историй. Одна пациентка восклицала: "Я хочу вернуть свою горячо любимую умершую дочь!" - и в то же время отталкивала от себя двоих живых сыновей. Другой утверждал: "Я хочу переспать со всеми женщинами, которых вижу!" - в то время, как раковая опухоль расползалась по всем участкам его тела. Третий мечтал: "Я хочу иметь родителей, детство, которого у меня никогда не было", - а сам в это время мучился из-за трех писем, которые никак не решался вскрыть. Еще одна пациентка заявляла: "Я хочу быть вечно молодой", - а сама была пожилой женщиной, которая не могла отказаться от навязчивой любви к человеку моложе ее на 35 лет.

Я уверен, что основным предметом психотерапии всегда бывает эта боль существования, а вовсе не подавленные инстинктивные влечения и не полузабытые останки прошлых личных трагедий, как

обычно считается. В своей работе с каждым из этих десяти пациентов я придерживался основного клинического убеждения, на котором строится вся моя техника. На мой взгляд, первичная тревога вызвана попытками человека, сознательными или бессознательными, справиться с жестокими фактами жизни, с "данностями" существования. [Город Творцов](#)

Я обнаружил, что для психотерапии имеют особое значение четыре данности: неизбежность смерти каждого из нас и тех, кого мы любим; свобода сделать нашу жизнь такой, какой мы хотим; наше экзистенциальное одиночество; и, наконец, отсутствие какого-либо безусловного и самоочевидного смысла жизни. Какими бы мрачными ни казались эти данности, они содержат в себе семена мудрости и искупления. Я надеюсь, что мне удалось показать в этих десяти психотерапевтических новеллах, что можно противостоять жестоким фактам существования и использовать их энергию в целях личностного изменения и роста.

Из всех этих жизненных фактов наиболее очевидным, наиболее интуитивно ясным является факт смерти. Еще в детстве, гораздо раньше, чем обычно думают, мы узнаем, что смерть придет, что она неизбежна. Несмотря на это, по словам Спинозы, "все стремится сохраниться в своем собственном бытии". В самой основе человека лежит конфликт между желанием продолжать жить и осознанием неизбежности смерти.

Приспосабливаясь к реальности смерти, мы бываем бесконечно изобретательны, придумывая все новые способы ее отрицания и избегания. В раннем детстве мы отрицаем смерть с помощью родительских утешений, светских и религиозных мифов; позднее мы персонифицируем ее, превращая в некое существо - монстра, скелет с косою,, демона. В конце концов, если смерть есть не что иное, как преследующее нас существо, можно все-таки найти способ ускользнуть от него; кроме того, как бы ни был страшен монстр, приносящий смерть, он не так страшен, как истина. А она в том, что мы несем в себе ростки собственной смерти. Становясь старше, дети экспериментируют с другими способами смягчить тревогу смерти: они обезвреживают смерть, насмехаясь над ней, бросают ей вызов



своим безрассудством, снижают свою чувствительность, захлебываясь о привидениях и часами смотря фильмы ужасов в ободряющей компании сверстников с пакетиком жареного попкорна.

Когда мы становимся старше, то стараемся выкинуть из головы мысли о смерти: мы развлекаемся; мы превращаем ее в нечто позитивное (переход в иной мир, возвращение домой, соединение с Богом, вечный покой); мы отрицаем ее, поддерживая мифы; мы стремимся к бессмертию, создавая бессмертные произведения, продолжаясь в наших детях или обращаясь в религиозную веру, утверждающую бессмертие души.

Многие люди не согласны с этим описанием механизмов отрицания смерти. "Что за нелепость! - говорят они. - Мы вовсе не отрицаем смерть. Все умирают, это очевидный факт. Но стоит ли на нем задерживаться?"

Правда в том, что мы знаем, но не знаем. Мы знаем о смерти, интеллектуально признаем ее как факт, но вместе с тем мы - вернее, бессознательная часть нашей психики, предохраняющая нас от губительной тревоги, - отделяем себя от ужаса, связанного со смертью. Этот процесс расщепления происходит бессознательно, незаметно для нас, но мы можем убедиться в его наличии в те редкие моменты, когда механизм отрицания дает сбой, и страх смерти прорывается со всей своей мощью. Это может случаться редко, иногда всего один-два раза за всю жизнь. Иногда это происходит с нами наяву - либо перед лицом собственной смерти, либо в результате смерти любимого человека; но чаще всего страх смерти проявляется в ночных кошмарах.

Кошмар - это неудавшийся сон; сон, который, не сумев справиться с тревогой, не выполнил свою главную задачу - охранять спящего. Хотя кошмары и отличаются по внешнему содержанию, в основе каждого кошмара лежит один и тот же процесс: жуткий страх смерти преодолевает сопротивление и прорывается в сознание. Рассказ "В поисках сновидца" содержит уникальный взгляд изнутри на отчаянную попытку психики избежать страха смерти: среди бесконечно мрачных образов, которыми наполнены кошмары Марвина, есть один предмет, сопротивляющийся смерти и

поддерживающий жизнь, - сверкающий жезл с белым наконечником, с помощью которого сновидец вступает в сексуальную дуэль со смертью.

Герои других рассказов также рассматривают сексуальный акт как талисман, предохраняющий их от слабости, старости и приближения смерти: таковы навязчивый промискуитет молодого мужчины перед лицом убивающего его рака ("Если бы насилие было разрешено...") и поклонение старика пожелтевшим письмам его умершей любовницы ("Не ходи крадучись").

За многие годы работы с онкологическими больными, стоящими перед лицом близкой смерти, я отметил два особенно эффективных и распространенных способа уменьшения страха смерти, два мнения или предрассудка, которые обеспечивают человеку чувство безопасности. Один - это уверенность в собственной необыкновенности, другой - вера в конечное спасение. Хотя это предрассудки в том смысле, что они представляют собой "стойкие ложные убеждения", я не употребляю термин "предрассудок" в уничижительном смысле: это универсальные верования, которые на том или ином уровне сознания существуют в каждом из нас и которые играют свою роль в нескольких моих новеллах.

*Необыкновенность* - это вера в свою неуязвимость, прочность и нетленность, превосходящую обычные законы человеческой биологии и судьбы. В определенный момент каждый из нас сталкивается с каким-то кризисом: это может быть серьезная болезнь, неудача в карьере или развод; или, как в случае с Эльвой из рассказа "Я никогда не думала, что это может случиться со мной", такое простое событие, как кража кошелька, которая внезапно открывает человеку его обыкновенность и разрушает его убеждение в том, что жизнь будет постоянным и бесконечным подъемом.

Если вера в собственную необыкновенность обеспечивает внутреннее чувство безопасности, другой важный механизм отрицания смерти - *вера в конечное спасение* - позволяет нам чувствовать, что какая-то внешняя сила заботится о нас и покровительствует нам. Хотя мы можем оступиться, заболеть, оказаться на самой грани жизни и смерти, мы убеждены, что

существует всемогущий и всесильный защитник, который вернет нас назад.

Эти две системы взглядов вместе образуют диалектику двух диаметрально противоположных реакций на человеческую ситуацию. Человек либо утверждает свою независимость героическим самопреодолением, либо ищет безопасности, растворяясь в высшей силе; то есть человек либо выделяется и отстраняется, либо смешивается и сливается с чем-то. Человек сам себя порождает (становится своим собственным родителем) или остается вечным ребенком.

Большинство из нас обычно живут вполне комфортно, умудряясь избегать мыслей о смерти. Мы, смеясь, соглашаемся с Вуди Аленом, когда он говорит: "Я не боюсь смерти. Я просто не хочу присутствовать при ее появлении". Но существует и другой путь. Существует древняя традиция, вполне применимая в психотерапии, которая учит, что ясное осознание смерти наполняет нас мудростью и обогащает нашу жизнь. Последние слова одного из моих пациентов ("Если бы насилие было разрешено...") показывают, что хотя реальность смерти разрушает нас физически, идея смерти может спасти нас.

Свобода, еще одна данность существования, ставит некоторых героев этой книги перед дилеммой. Когда Бетти, тучная пациентка, заявила, что устроила кутёж перед самым приходом ко мне и собирается снова обожраться, как только покинет мой офис, она пыталась отказаться от своей свободы и переложить ответственность на меня. Весь курс терапии с другой пациенткой (Тельмой из новеллы "Лечение от любви") вращался вокруг того, что ее бросил бывший любовник (и терапевт), а я пытался помочь ей вернуть свободу и самообладание.

Свобода как данность существования кажется прямой противоположностью смерти. Смерти мы страшимся, а свободу считаем чем-то безусловно положительным. Разве история западной цивилизации не отмечена стремлением к свободе и разве не это стремление движет историей? Но с экзистенциальной точки зрения свобода неразрывно связана с тревогой, поскольку предполагает, в противоположность повседневному опыту, что мы не приходим в

мир, раз навсегда созданный по некоему грандиозному проекту. Свобода означает, что человек сам отвечает за свои решения, поступки, за свою жизненную ситуацию.

Хотя слово "*ответственность*" можно употреблять в разных значениях, я предпочитаю определение Сартра: быть ответственным означает "быть автором", то есть каждый из нас является автором своего жизненного замысла. Мы свободны быть какими угодно, кроме несвободных: говоря словами Сартра, мы приговорены к свободе. На самом деле некоторые философы делают даже более сильное утверждение о том, что структура человеческой психики определяет структуру внешней реальности, сами формы пространства и времени. Именно в идее самосозидания и заключена опасность, вызывающая тревогу: мы - существа, созданные по своему собственному проекту, и идея свободы страшит нас, поскольку предполагает, что под нами - пустота, абсолютная "безосновность".

Любой терапевт знает, что первым решающим шагом в терапии является принятие пациентом ответственности за свои жизненные затруднения. До тех пор, пока человек верит, что его проблемы обусловлены какой-то внешней причиной, терапия бессильна. В конце концов, если проблема находится вне меня, с какой стати я должен меняться? Это внешний мир (друзья, работа, семья) должен измениться. Так, Дэйв ("Не ходи крадучись"), горько жаловавшийся на то, что чувствует себя узником в браке со своей властной и подозрительной женой-собственницей, не мог продвинуться в решении своих проблем до тех пор, пока не осознал, что сам построил свою тюрьму.

Поскольку пациенты обычно сопротивляются принятию ответственности, терапевт должен разработать техники, заставляющие пациентов осознать, каким образом они сами создают свои проблемы. Очень мощная техника, которую я использую во многих случаях, - это концентрация на здесь-и-теперь. Поскольку пациенты стремятся "воссоздать в условиях терапии те же межличностные проблемы, которые мучают их в жизни, я концентрируюсь на том, что происходит в данный момент между мною и пациентом, а не на событиях его прошлой или текущей жизни. Изучая детали терапевтических взаимоотношений (или, в

групповой терапии, отношения между членами группы), я могу прямо указать пациенту на тот способ, которым он реагирует на других людей. Так, хотя Дэйв мог сопротивляться принятию ответственности за свой неудачный брак, он не мог отвергнуть непосредственные данные группового опыта: его скрытная, раздражительная и уклончивая манера поведения заставляла других членов группы реагировать на него примерно так же, как реагировала его жена.

Точно так же терапия Бетти ("Толстуха") была неэффективна до тех пор, пока она приписывала свое одиночество особенностям калифорнийской субкультуры, пестрой и лишенной прочных корней. Только когда я показал ей, как во время наших сеансов ее безличная, робкая, отчужденная манера поведения моделирует такую же безличную терапевтическую среду, она начала понимать, что сама создает вокруг себя кольцо изоляции.

Хотя принятие ответственности ставит пациента перед необходимостью изменения, оно еще не означает самого изменения. И как бы терапевт ни заботился о понимании, принятии ответственности и самоактуализации пациента, именно изменение является подлинным достижением.

Свобода не только требует от нас ответственности за свой жизненный выбор, она подразумевает также, что изменение невозможно без волевого усилия. Хотя терапевты редко используют понятие "воли" в явном виде, тем не менее мы тратим много усилий на то, чтобы повлиять на волю пациента. Мы без конца проясняем и интерпретируем, предполагая, что понимание само по себе приведет к изменению. (Это убеждение является светским аналогом веры, поскольку не поддается эмпирической проверке.) После того, как годы интерпретаций не приводят к изменениям, мы можем начать апеллировать непосредственно к воле: "Знаете, необходимо сделать усилие. Вы должны попытаться. Хватит рассуждать, пора действовать". И когда прямые увещания терпят неудачу, терапия сводится (что и показано в моих рассказах) к применению любых известных средств воздействия одного человека на другого. Так, я могу советовать, спорить, дразнить, льстить, подстрекать, умолять

или просто ждать, что пациенту надоест его невротический взгляд на мир.

Наша свобода проявляется именно как воля, то есть источник действий. Я рассматриваю два этапа проявления воли: человек начинает с желания, а затем принимает решение действовать.

Некоторые люди блокируют свои желания и не знают, что они чувствуют и чего хотят. Не имея собственных мнений, влечений и склонностей, они паразитируют на чувствах других. Такие люди обычно очень скучны. Бетти была утомительной именно потому, что подавляла свои желания, и другие уставали, питая ее своими эмоциями и образами.

Другие пациенты не способны к принятию решения. Хотя они точно знают, чего хотят и что нужно делать, они не могут действовать и нерешительно топчутся на пороге. Саул ("Три нераспечатанных письма") знает, что любой нормальный человек вскрыл бы письма; но страх, который они вызывают, парализует его волю. Тельма ("Лечение от любви") знает, что навязчивая любовь отрывает ее от реальной жизни. Она знает, что живет жизнью, которая, по ее же словам, оборвалась 8 лет назад, и, чтобы вернуться к реальности, ей нужно избавиться от своей безрассудной страсти. Не она не может или не хочет сделать это и сопротивляется всем моим попыткам укрепить ее волю.

Решение трудно принять по многим причинам, и некоторые из них лежат в самом основании нашего бытия. Джон Гарднер в романе "Грендель" описывает мудреца, который подводит итог своим размышлениям над тайнами жизни двумя простыми, но страшными фразами: "Все проходит" и "Третьего не дано". О первом утверждении - неизбежности смерти - я уже говорил. Вторая фраза содержит ключ к пониманию трудности любого решения. Решение неизбежно содержит в себе отказ: у любого "да" есть свое "нет", каждое принятое решение уничтожает все остальные возможности. Корень слова "решить" (decide) означает "убить", как в словах "homicide" (убийство) и "suicide" (самоубийство). [Город Творцов](#) Так, Тельма цеплялась за ничтожно малый шанс, что ей когда-нибудь удастся вернуть любовь

своего возлюбленного, и отказ от этой возможности означал для нее уничтожение и смерть.

Экзистенциальная изоляция - третья данность - вызвана непреодолимым разрывом между "Я" и Другими, разрывом, который существует даже при очень глубоких и доверительных межличностных отношениях. Человек отделен не только от других людей, но, по мере того, как он создает свой собственный мир, он отделяется также и от этого мира. Эту экзистенциальную изоляцию необходимо отличать от других типов изоляции - межличностной и внутренней.

Человек переживает *межличностную* изоляцию, или одиночество, если у него отсутствуют социальные навыки или черты характера, располагающие к близкому общению. *Внутренняя* изоляция возникает, когда личность расколота, например, когда человек отделяет свои эмоции от воспоминаний о событии. Самая острая и драматическая форма расщепления - множественная личность - встречается довольно редко (хотя о ней стали часто говорить). Когда терапевт действительно сталкивается с таким случаем, как я в случае с Мардж ("Терапевтическая моногамия"), перед ним может возникнуть странная дилемма: какую из личностей ему лечить?

Поскольку проблема экзистенциальной изоляции неразрешима, терапевт должен развенчивать ее иллюзорные решения. Попытки человека избежать изоляции могут препятствовать нормальным отношениям с другими людьми. Многие дружбы и браки распадаются потому, что вместо проявления заботы друг о друге партнеры используют друг друга как средство борьбы со своей изоляцией.

Довольно распространенная, попытка избежать экзистенциальной изоляции, встречающаяся в нескольких моих новеллах, - это слияние, размывание границ собственной личности, растворение в другом. Сила тенденции к слиянию была продемонстрирована экспериментом с подпороговым восприятием, в котором фраза "Мы с мамой одно целое" мелькала на экране так быстро, что испытуемые не могли сознательно воспринимать ее. Однако она влияла на их самочувствие (они чувствовали себя лучше, сильнее, увереннее) и даже приводила к улучшению результатов

поведенческой терапии курения, полноты и подростковых правонарушений.

Один из величайших жизненных парадоксов заключается в том, что развитие самосознания усиливает тревогу. Слияние рассеивает тревогу самым радикальным образом - уничтожая самосознание. Человек, который влюбляется и переживает блаженное состояние единства с любимым, не рефлексит, поскольку его одинокое сомневающееся "Я", порождающее страх изоляции, растворяется в "мы". Таким образом, человек избавляется от тревоги, теряя самого себя.

Вот почему терапевты не любят иметь дело с влюбленными пациентами. Терапия и влюбленность несовместимы, поскольку терапевтическая работа актуализирует сомневающееся "Я" и тревогу, которая служит указанием на внутренние конфликты.

Кроме того, мне, как и большинству терапевтов, трудно установить продуктивные отношения с влюбленным пациентом. Например, Тельма из новеллы "Лечение от любви" не хотела взаимодействовать со мной: вся ее энергия была поглощена ее любовным наваждением. Берегитесь исключительной и безрассудной привязанности к другому; она вовсе не является, как это часто кажется, примером абсолютной любви. Такая замкнутая на себе и питающаяся собою любовь, не нуждающаяся в других и ничего им не дающая, обречена на саморазрушение. Любовь - это не просто страсть, вспыхивающая между двумя людьми. Влюбленность бесконечно далека от подлинной любви. Любовь - это, скорее, форма существования: не столько влечение, сколько самоотдача, отношение не столько к одному человеку, сколько к миру в целом.

Хотя мы обычно стремимся прожить жизнь вдвоем или в коллективе, наступает время, чаще всего в преддверии смерти, когда перед нами с холодной ясностью открывается истина: мы рождаемся и умираем в одиночку. Я слышал признание многих умирающих пациентов, что самое страшное - не то, что ты умираешь, а что ты умираешь совсем один. Но даже перед лицом смерти истинная готовность другого быть рядом до конца может преодолеть изоляцию. Как выразился пациент из рассказа "Не ходи крадучись":



"Даже если ты один в лодке, всегда приятно видеть огни других лодок, покачивающихся рядом".

Итак, если смерть неизбежна, если в один прекрасный день погибнут все наши достижения, да и сама солнечная система, если мир - игра случая, и все в нем могло бы быть иным, если люди вынуждены сами строить свой мир и свой жизненный замысел в этом мире, то какой же смысл в нашем существовании?

Этот вопрос не дает покоя современному человеку. Многие обращаются к психотерапии, чувствуя, что их жизнь бесцельна и бессмысленна. Мы - существа, ищущие смысл. Биологически мы устроены так, что наш мозг автоматически объединяет поступающие сигналы в определенные конфигурации. Осмысление ситуации дает нам ощущение господства: чувствуя себя беспомощными и растерянными перед новыми и непонятными явлениями, мы стремимся их объяснить и тем самым получить над ними власть. Еще важнее, что смысл порождает ценности и вытекающие из них правила поведения: ответ на вопрос "зачем?" ("Зачем я живу?") дает ответ на вопрос "как?" ("Как мне жить?").

В этих десяти психотерапевтических новеллах открытое обсуждение смысла жизни встречается нечасто. Поиск смысла, как и поиск счастья, возможен только косвенным путем. Смысл является результатом осмысленной деятельности. Чем настойчивее мы ищем его, тем меньше вероятность, что найдём. О смысле у человека всегда больше вопросов, чем ответов. В терапии, как и в жизни, осмысленность является побочным продуктом дел и свершений, и именно на них терапевт должен направлять свои усилия. Дело не в том, что свершение дает рациональный ответ на вопрос о смысле, а в том, что оно делает ненужным сам вопрос.

Этот экзистенциальный парадокс - человек, который ищет смысл и уверенность в мире, не имеющем ни того, ни другого, - обладает огромным значением для психотерапевта. В своей ежедневной работе терапевт, который стремится искренне относиться к своим пациентам, испытывает постоянную неопределенность. Столкновение пациентов с неразрешимыми вопросами бытия не только ставит перед терапевтом те же самые вопросы, но и заставляет его понять, как пришлось понять мне самому в рассказе

"Две улыбки", что переживания другого неуловимо интимны и недоступны окончательному пониманию.

В самом деле, способность переносить ситуацию неопределенности является ключевой для профессии психотерапевта. Хотя публика может верить, что терапевты последовательно и уверенно ведут пациентов через предсказуемые стадии к заранее известной цели, на самом деле такое бывает редко. Наоборот, как свидетельствуют эти истории, терапевт может часто колебаться, импровизировать и вслепую нащупывать путь. Сильное искушение достичь уверенности, идентифицировавшись с определенной идеологической школой или узкой терапевтической системой, часто приводит к обманчивому результату: предвзятые мнения могут препятствовать спонтанной, незапланированной встрече, которая необходима для успешной терапии.

Эта встреча, составляющая самую суть психотерапии, является заинтересованным и глубоко человеческим контактом двух людей, один из которых (обычно это пациент, но не всегда) страдает больше, чем другой. Терапевт выполняет двойную задачу: он является и наблюдателем, и непосредственным участником жизни пациента. В качестве наблюдателя он должен быть достаточно объективным, чтобы обеспечивать необходимый минимальный контроль за процессом. В качестве участника он погружается в жизнь пациента, испытывает на себе его воздействие и иногда меняется благодаря встрече с ним.

Избрав путь полного погружения в жизнь пациентов, я как терапевт не только сталкиваюсь с теми же экзистенциальными проблемами, что и они, но и должен быть готов исследовать эти проблемы в соответствии с экзистенциальными законами. Я должен быть уверен в том, что знание лучше незнания, решительность лучше нерешительности, а магия и иллюзия, какими бы прекрасными и соблазнительными они ни были, в конечном счете ослабляют человеческий дух. Как очень точно заметил Томас Харди: "Если хочешь найти Добро, внимательно изучи Зло".

Двойная роль наблюдателя и участника требует от терапевта большого мастерства, и она поставила передо мной в описанных здесь случаях ряд мучительных вопросов. Например, вправе ли я

ожидать, что пациент сможет справиться с той проблемой, решения которой я сам всю жизнь избегал? Могу ли я помочь ему продвинуться дальше, чем смог я сам? Должен ли я ставить перед мучительными экзистенциальными вопросами, на которые у меня самого нет ответа, умирающего человека, безутешную вдову, мать, потерявшую ребенка, опасного изгоя с потусторонними видениями? Могу ли я обнаружить свою слабость перед пациенткой, которая смущает меня и порождает соблазн? Способен ли я установить искренние и заинтересованные отношения с безобразной толстухой, внешний вид которой меня отталкивает? Должен ли я во имя торжества самопознания разрушать нелепую, но стойкую и удобную любовную иллюзию старой женщины? Вправе ли силой навязывать свою волю человеку, не способному действовать в своих интересах и позволившему терроризировать себя тремя нераспечатанными письмами?

Хотя все новеллы пестрят словами "терапевт" и "пациент", эти термины не должны вводить вас в заблуждение: речь идет о каждом человеке. Страдание является всеобщим уделом; медицинские ярлыки во многом условны и больше зависят от культурных, образовательных и экономических факторов, чем от тяжести патологии. Поскольку терапевты в той же мере, что и пациенты, сталкиваются с данностями существования, профессиональная позиция незаинтересованной объективности, столь необходимая в научном исследовании, в нашей области неприемлема. Мы, психотерапевты, не можем просто сочувственно охать или призывать пациентов решительнее бороться со своими трудностями. Мы не можем говорить им: "Это ваши проблемы". Наоборот, мы должны говорить о нас и наших проблемах, потому что наша жизнь, наше существование приговорены к смерти, в которую мы не хотим верить, к любви, которую мы теряем, к свободе, которой мы боимся, и к опыту, который нас разделяет. В этом мы все похожи.

## **1. Лечение от любви.**

Я не люблю работать с влюбленными пациентами. Быть может, из зависти - я тоже мечтаю испытать любовное очарование. Возможно, потому, что любовь и психотерапия абсолютно несовместимы. Хороший терапевт борется с темнотой и стремится к ясности, тогда как романтическая любовь расцветает в тени и увядает под пристальным взглядом. Мне ненавистно быть палачом любви.

Но когда Тельма в самом начале нашей первой встречи сказала мне, что она безнадежно, трагически влюблена, я, ни минуты не сомневаясь, взялся за ее лечение. Все, что я заметил с первого взгляда: ее морщинистое семидесятилетнее лицо с дряхлым трясущимся подбородком, ее редящие неопрятные волосы, выкрашенные в неопределенно-желтый цвет, ее иссохшие руки с вздувшимися венами - говорило мне, что она, скорее всего, ошибается, она не может быть влюблена. Как могла любовь поразить это дряхлое болезненное тело, поселиться в этом бесформенном синтетическом трико?

Кроме того, где ореол любовного наслаждения? Страдания Тельмы не удивляли меня, поскольку любовь всегда бывает смешана с болью; но ее любовь была каким-то чудовищным перекосом - она совсем не приносила радости, вся жизнь Тельмы была сплошной мукой.

Таким образом, я согласился лечить ее, поскольку был уверен, что она страдает не от любви, а от какого-то редкого извращения, которое ошибочно принимает за любовь. Я не только верил, что смогу помочь Тельме, но и был увлечен идеей, что эта ложная любовь поможет пролить свет на глубокие тайны истинной любви.

Во время нашей первой встречи Тельма держалась отстранено и чопорно. Она не ответила на мою приветственную улыбку, а когда я провожал ее в свой кабинет, следовала на один-два шага позади меня. Войдя в мой кабинет, она сразу же села, даже не оглядевшись. Затем, не дожидаясь моих вопросов и даже не расстегнув толстого жакета, одетого поверх тренировочного костюма, она глубоко вздохнула и начала:

- Восемь лет назад у меня был роман с моим терапевтом. С тех пор я не могу избавиться от мыслей о нем. Один раз я уже почти

покончила с собой и уверена, что в следующий раз мне это удастся. Вы - моя последняя надежда.

Я всегда очень внимательно слушаю первые слова пациента. Часто они каким-то загадочным образом предсказывают то, как сложатся мои отношения с пациентом. Слова человека позволяют другому проникнуть в его жизнь, но тон голоса Тельмы не содержал приглашения приблизиться.

Она продолжала:

- Если Вам трудно мне поверить, возможно, это поможет! Она порылась в большой вышитой сумке и протянула мне две старые фотографии. На первой была изображена молодая красивая танцовщица в гладком черном трико. Взглянув на ее лицо, я был поражен, встретив огромные глаза Тельмы, всматривающиеся в меня сквозь десятилетия.

- А эта, - сообщила мне Тельма, заметив, что я перешел к следующей фотографии, изображавшей привлекательную, но увядающую шестидесятилетнюю женщину, - была сделана около восьми лет назад. Как видите, - она провела рукой по своим непричесанным волосам, - я больше не слежу за собой.

Хотя я с трудом мог вообразить себе роман между этой запущенной женщиной и ее терапевтом, я не сказал ни слова о том, что не верю ей. Фактически я вообще ничего не успел сказать. Я пытался сохранять невозмутимость, но она, вероятно, заметила какой-то признак моего недоверия, возможно, непроизвольно расширившиеся зрачки. Я решил не опровергать ее обвинения в недоверии. Для галантности было неподходящее время, к тому же в самом деле не каждый день можно встретить растрепанную семидесятилетнюю женщину, обезумевшую от любви. Мы оба это понимали, и глупо было делать вид, что это не так.

Вскоре я узнал, что в течение последних двадцати лет она страдала хронической депрессией и почти постоянно лечилась у психиатров. В основном лечение проходило в местной психиатрической клинике, где ее лечили несколько терапевтов. Примерно за одиннадцать лет до описываемых событий она начала лечение у Мэтью, молодого и красивого психолога-стажера. Она встречалась с ним каждую неделю в течение восьми месяцев в

клинике и продолжала лечение как частная пациентка весь следующий год. Затем, когда Мэтью получил полную ставку в больнице, ему пришлось бросить частную практику.

Тельма расставалась с ним с большим сожалением. Он был лучшим из всех ее терапевтов, и она очень привязалась к нему: все эти двадцать месяцев она каждую неделю с нетерпением ждала очередного сеанса. Никогда до этого она ни с кем не была столь откровенна. Никогда раньше ни один терапевт не был с ней столь безупречно искренен, прост и мягок.

Тельма несколько минут восторженно говорила о Мэтью:

- В нем было столько заботы, столько любви. Другие мои терапевты старались быть приветливыми, чтобы создать непринужденную обстановку, но Мэтью был не таким. Он действительно заботился, действительно принимал меня. Что бы я ни делала, какие бы ужасные мысли ни приходили мне в голову, я знала, что он сможет понять и - как бы это сказать? - поддержит меня - нет, будет дорожить мной. Он помог мне не только как терапевт, но и гораздо больше.

- Например?

- Он открыл для меня духовное, религиозное измерение жизни. Он научил меня заботиться обо всем живом, научил задумываться о смысле моего пребывания на земле. Но он не относился ко мне свысока. Он всегда держался как равный, всегда был рядом.

Тельма очень оживилась - ей явно доставляло удовольствие говорить о Мэтью.

- Мне нравилось, как он ловил меня, не давая ускользнуть. И всегда бранил меня за мои дерьмовые привычки.

Последняя фраза поразила меня своим несоответствием всему остальному рассказу. Но поскольку Тельма так тщательно подбирала слова, я предположил, что это было выражение самого Мэтью, возможно, пример его замечательной техники. Мои неприятные чувства к нему быстро росли, но я держал их при себе. Слова Тельмы ясно показывали мне, что она не потерпела бы никакой критики в отношении Мэтью.

После Мэтью Тельма продолжала лечиться у других терапевтов, но ни один из них не смог установить с ней контакт и не помог ей

почувствовать вкус к жизни, как это сделал Мэтью.

Представьте себе, как она обрадовалась однажды, через год после их последней встречи, случайно столкнувшись с ним на Юнион Сквер в Сан-Франциско. Они разговорились и, чтобы им не мешала толпа прохожих, зашли в кафе. Им было о чем поговорить. Мэтью расспрашивал о том, что произошло в жизни Тельмы за прошедший год. Незаметно наступило время обеда, и они отправились в рыбный ресторанчик на набережной.

Все это казалось таким естественным, как будто они уже сто раз вот так же обедали вместе. На самом деле они до этого поддерживали исключительно профессиональные отношения, не выходящие за рамки отношений терапевта и пациента. Они общались ровно 50 минут в неделю - не больше и не меньше.

Но в тот вечер по какой-то странной причине, которую Тельма не могла понять даже теперь, они словно выпали из повседневной реальности. Слово по молчаливому заговору, они ни разу не взглянули на часы и, казалось, не видели ничего необычного в том, чтобы поговорить по душам, выпить вместе кофе или пообедать. Для Тельмы было естественно поправить смявшийся воротник его рубашки, стряхнуть нитку с его пиджака, держать его за руку, когда они взбирались на Ноб Хилл. Для Мэтью было вполне естественно рассказывать о своей новой "берлоге", а для Тельмы - заявить, что она сгорает от нетерпения взглянуть на нее. Он обрадовался, когда Тельма сказала, что ее мужа нет в городе: Гарри, член Консультационного совета американских бойскаутов, почти каждый вечер произносил очередную речь о движении бойскаутов в каком-нибудь из уголков Америки. Мэтью забавляло, что ничего не изменилось; ему не нужно было ничего объяснять - ведь он знал о ней практически все.

- Я не помню точно, - продолжала Тельма, - что произошло дальше, как все это случилось, кто до кого первым дотронулся, как мы оказались в постели. Мы не принимали никаких решений, все вышло непреднамеренно и как-то само собой. Единственное, что я помню абсолютно точно, - это чувство восторга, которое я испытала в объятиях Мэтью и которое было одним из самых восхитительных моментов моей жизни.

- Расскажите мне, что произошло дальше.

- Следующие двадцать семь дней, с 19 июня по 16 июля, были сказкой. Мы по нескольку раз в день разговаривали по телефону и четырнадцать раз встречались. Я словно куда-то летела, плыла, все во мне ликовало...

Голос Тельмы стал певучим, она покачивала головой в такт мелодии своих воспоминаний, почти закрыв глаза. Это было довольно суровым испытанием моего терпения. Мне не нравится, когда меня не видят в упор.

- Это было высшим моментом моей жизни. Я никогда не была так счастлива - ни до, ни после. Даже то, что случилось потом, не смогло перечеркнуть моих воспоминаний.

- А что случилось потом?

- Последний раз я видела его 16 июля в полпервого ночи. Два дня я не могла ему дозвониться, а затем без предупреждения явилась в его офис. Он жевал сэндвич, у него оставалось около двадцати минут до начала терапевтической группы. Я спросила, почему он не отвечает на мои звонки, а он ответил только: "Это неправильно. Мы оба знаем об этом". - Тельма замолчала и тихонько заплакала.

"Не многовато ли времени ему потребовалось, чтобы понять, что это неправильно?" - подумал я.

- Вы можете продолжать?

- Я спросила его: "Что, если я позвоню тебе на следующий год или через пять лет? Ты бы встретился со мной? Могли бы мы еще раз пройтись по Мосту Золотых Ворот? Можно ли мне будет обнять тебя?" Мэтью молча взял меня за руку, сжал в объятиях и не отпускал несколько минут. С тех пор я тысячу раз звонила ему и оставляла сообщения на автоответчике. Вначале он отвечал на некоторые мои звонки, но затем я совсем перестала слышать его. Он порвал со мной. Полное молчание.

Тельма отвернулась и посмотрела в окно. Мелодичность исчезла из ее голоса, она говорила более рассудительно, тоном, полным боли и горечи, но слез больше не было. Теперь она выглядела усталой и разбитой, но больше не плакала.

- Я так и не смогла выяснить, почему - почему все так закончилось. Во время одного из наших последних разговоров он сказал, что мы



должны вернуться к реальной жизни, а затем добавил, что увлечен другим человеком. - Я подумал про себя, что новая любовь Мэтью была, скорее всего, еще одной пациенткой.

Тельма не знала, был ли этот новый человек в жизни Мэтью мужчиной или женщиной. Она подозревала, что Мэтью - гей. Он жил в одном из районов Сан-Франциско, населенных геями, и был красивой красотой, которая отличает многих гомосексуалистов: у него были аккуратные усики, мальчишеское лицо и тело Меркурия. Эта мысль пришла ей в голову пару лет спустя, когда, гуляя по городу, она заглянула в один из баров на улице Кастро и была поражена, увидев там пятнадцать Мэтью - пятнадцать стройных, привлекательных юношей с аккуратными усиками.

Внезапный разрыв с Мэтью опустошил ее, а непонимание его причин делало ее состояние невыносимым. Тельма постоянно думала о Мэтью, не проходило и часа без какой-нибудь фантазии о нем. Она стала одержимой этим "почему?" Почему он отверг ее и бросил? Ну почему? Почему он не хочет видеть ее и даже говорить с ней по телефону?

После того, как все ее попытки восстановить контакт с Мэтью потерпели неудачу, Тельма совсем пала духом. Она проводила весь день дома, уставившись в окно; она не могла спать; ее речь и движения замедлились; она потеряла вкус ко всякой деятельности. Она перестала есть, и вскоре ее депрессия не поддавалась уже ни психотерапевтическому, ни медикаментозному лечению. Проконсультировавшись с тремя разными врачами по поводу своей бессонницы и получив от каждого рецепт снотворного, она вскоре собрала смертельную дозу. Ровно через полгода после своей роковой встречи с Мэтью на Юнион Сквер она написала прощальную записку своему мужу Гарри, который уехал на неделю, дождалась его обычного вечернего звонка, сняла телефонную трубку, выпила таблетки и легла в постель.

Гарри в ту ночь никак не мог уснуть, он попытался еще раз позвонить Тельме и был встревожен тем, что линия постоянно занята. Он позвонил соседям, и они безуспешно стучались в окна и двери Тельмы. Вскоре они вызвали полицию, которая взломала дверь и обнаружила Тельму при смерти.

Жизнь Тельмы была спасена лишь благодаря героическим усилиям медиков.

Как только к ней вернулось сознание, первое, что она сделала, - это позвонила Мэтью. Она оставила послание на автоответчике, заверив его, что сохранит их тайну, и умоляла навестить ее в больнице. Мэтью пришел, но пробыл всего пятнадцать минут, и его присутствие, по словам Тельмы, было хуже молчания: он игнорировал все ее намеки на их двадцатисемидневный роман и не выходил за рамки формальных профессиональных отношений. Только один раз он не выдержал: когда Тельма спросила, как развиваются его отношения с новым "предметом", Мэтью отрезал: "Не твое дело!"

- Вот и все, - Тельма, наконец, повернулась ко мне лицом и добавила безнадежным, усталым голосом:

- Я больше никогда его не видела. Я звонила и оставляла ему послания в памятные для нас даты: его день рождения, 19 июня (день нашей первой встречи), 17 июля (день последней встречи), на Рождество и на Новый Год. Каждый раз, когда я меняла терапевта, я звонила, чтобы сообщить ему об этом. Он ни разу не ответил.

- Все эти восемь лет я, не переставая, думала о нем. В семь утра я спрашивала себя, проснулся ли он, а в восемь представляла себе, как он ест овсянку (он любит овсянку - он родился на ферме в Небраске). Гуляя по улицам, я высматриваю его в толпе. Он часто мерещится мне в ком-нибудь из прохожих, и я бросаюсь приветствовать незнакомца. Я мечтаю о нем. Я подробно вспоминаю каждую из наших встреч за те двадцать семь дней. Фактически в этих фантазиях проходит большая часть моей жизни - я едва замечаю то, что происходит вокруг. Моя жизнь проходит восемь лет назад.

"Моя жизнь проходит восемь лет назад". Удивительное признание. Стоит запомнить его, оно нам еще пригодится.

- Расскажите мне, какая терапия проводилась с Вами последние восемь лет, после Вашей попытки самоубийства.

- Все это время у меня были терапевты. Они давали мне кучу антидепрессантов, которые не слишком мне помогали, разве что позволяли спать. Никакой особой терапии больше не проводилось. Разговоры мне никогда не помогали. Наверное, Вы скажете, что я не

оставила шансов для психотерапии, поскольку приняла решение ради безопасности Мэтью никогда не упоминать его имени и не рассказывать о своих отношениях с ним никому из терапевтов.

- Вы имеете в виду, что за восемь лет терапии Вы ни разу не говорили о Мэтью?

Плохая техника! Ошибка, простительная только для новичка! Но я не мог подавить своего изумления. Мне вспомнилась давно забытая сцена. Я был студентом консультативного отделения медицинского факультета. Неглупый, но заносчивый и грубый студент (впоследствии, к счастью, ставший хирургом-ортопедом) проводил консультацию перед своими однокурсниками, пытаясь использовать рожерсовскую технику повторения последних слов пациента. Пациент, перечислявший ужасные поступки, совершаемые его тираном-отцом, закончил фразой: "И он ест холодный гамбургер!" Консультант, изо всех сил пытавшийся сохранить нейтральность, больше не мог сдержать своего негодования и зарычал: "Холодный гамбургер?" Целый год выражение "холодный гамбургер" шепотом повторялось на лекциях, неизменно вызывая в аудитории взрыв хохота.

Конечно, я оставил свои воспоминания при себе.

- Но сегодня Вы приняли решение прийти ко мне и рассказать правду. Расскажите мне об этом решении.

- Я проверила Вас. Я позвонила пяти своим бывшим терапевтам, сказала, что хочу дать терапии еще один, последний шанс, и спросила, к кому мне обратиться. Ваше имя было в четырех из пяти списков. Они сказали, что Вы специалист по "последним шансам". Итак, это было одно очко в Вашу пользу. Но я знала также, что они Ваши бывшие ученики, и поэтому устроила Вам еще одну проверку. Я сходила в библиотеку и просмотрела одну из Ваших книг. Меня поразили две вещи: во-первых, Вы пишете просто - я смогла понять Ваши работы, а, во-вторых, Вы открыто говорите о смерти. И поэтому буду откровенна с Вами: я почти уверена, что рано или поздно совершу самоубийство. Я пришла сюда для того, чтобы в последний раз попытаться найти способ быть хоть чуточку более счастливой. Если нет, я надеюсь, Вы поможете мне умереть, причинив как можно меньше боли моей семье.

Я сказал Тельме, что надеюсь на возможность совместной работы с ней, но предложил провести еще одну часовую консультацию, чтобы она сама могла оценить, сможет ли работать со мной. Я хотел еще что-то добавить, но Тельма посмотрела на часы и сказала:

- Я вижу, что мои пятьдесят минут истекли, и если Вы не против... Я научилась не злоупотреблять гостеприимством терапевтов.

Это последнее замечание - то ли саркастическое, то ли кокетливое - озадачило меня. Тем временем Тельма поднялась и вышла, сказав на прощание, что условится о следующем сеансе с моим секретарем.

После ее ухода мне предстояло о многом подумать. Во-первых, этот Мэтью. Он просто бесил меня. Я встречал немало пациентов, которым терапевты, использовавшие их сексуально, нанесли непоправимый вред. Это всегда вредно для пациента.

Все оправдания терапевтов в таких случаях - не более чем стандартные эгоистические рационализации, например, что таким образом терапевт якобы принимает и утверждает сексуальность пациента. Но если многие пациенты, вероятно, и нуждаются в сексуальном утверждении - например, явно непривлекательные, тучные, изуродованные хирургическими операциями, - я что-то пока не слышал, чтобы терапевты оказывали сексуальную поддержку кому-то из них. Как правило, для этого выбирают привлекательных женщин. Без сомнения, это серьезное нарушение со стороны терапевтов, которые сами нуждаются в сексуальном утверждении, но не могут получить его в своей собственной жизни.

Однако Мэтью был для меня загадкой. Когда он соблазнил Тельму (или позволил ей соблазнить себя, что то же самое), он только что закончил постдипломную подготовку и ему должно было быть около тридцати лет - чуть меньше или чуть больше. Так почему? Почему привлекательный и, по-видимому, интеллигентный молодой человек выбирает женщину шестидесяти двух лет, уже много лет страдающую депрессией? Я размышлял о предположении Тельмы насчет его гомосексуализма. Вероятнее всего, Мэтью прорабатывал (и проигрывал в реальности, используя для этого своих пациентов) какую-то свою собственную психосексуальную проблему.

Именно из-за этого мы требуем, чтобы будущие терапевты прошли длительный курс индивидуальной терапии. Но сегодня, когда время обучения сокращается, уменьшается длительность супервизорской подготовки, смягчаются профессиональные стандарты и лицензионные требования, терапевты часто пренебрегают этим правилом, от чего могут пострадать пациенты. У меня нет никакого сочувствия к безответственным профессионалам, и я обычно настаиваю на том, чтобы пациенты сообщали о сексуальных злоупотреблениях терапевтов в комиссию по этике. Я подумал, что это следовало бы сделать и с Мэтью, но подозревал, что он недосыгаем для закона. И все же мне хотелось, чтобы он знал, сколько вреда он причинил.

Мои мысли перешли к Тельме, и я на время отложил вопрос о мотивации Мэтью. Но прежде чем закончилась эта история, мне еще не раз пришлось поломать над ним голову. Мог ли я тогда предположить, что из всех загадок этого случая только загадку Мэтью мне суждено разрешить до конца?

Я был потрясен силой любовного наваждения Тельмы, которое преследовало ее в течение восьми лет без всякой внешней подпитки. Это наваждение заполнило все ее жизненное пространство. Тельма была права: она действительно проживала свою жизнь восемь лет назад. Навязчивость получает энергию, отнимая ее у других областей существования. Я сомневался, можно ли освободить пациентку от навязчивости, не обогатив сперва другие стороны ее жизни.

Я спрашивал себя, есть ли хоть капля теплоты и близости в ее повседневной жизни. Из всего, что она до сих пор рассказала о своей семейной жизни, было ясно, что с мужем у нее не слишком близкие отношения. Возможно, роль этой навязчивости в том и состояла, чтобы компенсировать дефицит интимности: она связывала ее с другим человеком - но не с реальным, а с воображаемым.

Самое большее, на что я мог надеяться, - это установить с ней близкие и значимые отношения, в которых постепенно растворилась бы ее навязчивость. Но это была непростая задача. Отношение Тельмы к терапии было очень прохладным. Только представьте себе, как можно проходить терапию в течение восьми лет и ни разу не упомянуть о своей подлинной проблеме! Это требует особого

характера, способности вести двойную жизнь, давая своим чувствам волю в воображении и сдерживая их в жизни.

Следующий сеанс Тельма начала сообщением о том, что у нее была ужасная неделя. Терапия всегда представлялась ей полной противоречий.

- Я знаю, что мне нужно довериться кому-то, без этого я не справлюсь. И все-таки каждый раз, когда я говорю о том, что случилось, я мучаюсь целую неделю. Терапевтические сеансы всегда лишь бередают раны. Они не могут ничего изменить, только усиливают страдания.

То, что я услышал, насторожило меня. Не было ли это предупреждением мне? Не говорила ли Тельма о том, почему она в конце концов бросит терапию?

- Эта неделя была сплошным потоком слез. Меня неотвязно преследовали мысли о Мэтью. Я не могла говорить с Гарри, потому что в голове у меня вертелись только две темы - Мэтью и самоубийство - и обе запретные.

- Я никогда, никогда не скажу мужу о Мэтью. Много лет назад я сказала ему, что однажды случайно встретила с Мэтью. Должно быть, я сказала лишнее, потому что позднее Гарри заявил, что подозревает, будто Мэтью каким-то образом виноват в моей попытке самоубийства. Я почти уверена, что если он когда-нибудь узнает правду, он убьет Мэтью. Голова Гарри полна бойскаутских лозунгов (бойскауты - это все, о чем он думает), но в глубине души он жестокий человек. Во время второй мировой войны он был офицером британских командос и специализировался на обучении рукопашному бою.

- Расскажите о Гарри поподробнее, - меня поразило, с какой страстью Тельма говорила, что Гарри убьет Мэтью, если узнает, что произошло.

- Я встретила с Гарри в 30-е годы, когда работала танцовщицей в Европе. Я всегда жила только ради двух вещей: любви и танца. Я отказалась бросить работу, чтобы завести детей, но была вынуждена сделать это из-за подагры большого пальца - неприятное заболевание для балерины. Что касается любви, то в молодости у

меня было много, очень много любовников. Вы видели мою фотографию - скажите честно, разве я не была красавицей?

Не дожидаясь моего ответа, она продолжила:

- Но как только я вышла за Гарри, с любовью было покончено. Очень немногие мужчины (хотя такие и были) отваживались любить меня - все боялись Гарри. А сам Гарри отказался от секса двадцать лет назад (он вообще мастер отказываться). Теперь мы почти не прикасаемся друг к другу - возможно, не только по его, но и по моей вине.

Мне хотелось расспросить о Гарри и о его мастерстве отказываться, но Тельма уже помчалась дальше. Ей хотелось говорить, но, казалось, ей безразлично, слышу ли я ее. Она не проявляла никакого интереса к моей реакции и даже не смотрела на меня. Обычно она смотрела куда-то вверх, словно целиком уйдя в свои воспоминания.

- Еще одна вещь, о которой я думаю, но не могу заговорить, - это самоубийство. Я знаю, что рано или поздно совершу его, это для меня единственный выход. Но я и словом не могу обмолвиться об этом с Гарри. Когда я попыталась покончить с собой, это чуть не убило его. Он пережил небольшой инсульт и прямо на моих глазах постарел на десять лет. Когда я, к своему удивлению, проснулась живой в больнице, я много размышляла о том, что сделала со своей семьей. Тогда я приняла определенное решение.

- Какое решение? - На самом деле вопрос был лишним, потому что Тельма как раз собиралась о нем рассказать, но мне необходимо было поддержать контакт. Я получал много информации, но контакта между нами не было. С тем же успехом мы могли находиться в разных комнатах.

- Я решила никогда больше не делать и не говорить ничего такого, что могло бы причинить боль Гарри. Я решила во всем ему уступать. Он хочет пристроить новое помещение для своего спортивного инвентаря - о'кей. Он хочет провести отпуск в Мексике - о'кей. Он хочет познакомиться с членами церковной общины - о'кей.

Заметив мой ироничный взгляд при упоминании церковной общины, Тельма пояснила:

- Последние три года, поскольку я знаю, что в конце концов совершу самоубийство, я не люблю знакомиться с новыми людьми. Чем больше друзей, тем тяжелее прощание и тем больше людей, которым причиняешь боль.

Мне приходилось работать со многими людьми, совершавшими попытку самоубийства; обычно пережитое переворачивало их жизнь; они становились более зрелыми и мудрыми. Подлинное столкновение со смертью обычно приводит к серьезному пересмотру своих ценностей и всей предыдущей жизни. Это касается и людей, сталкивающихся с неизбежностью смерти из-за неизлечимой болезни. Сколько людей восклицают: "Какая жалость, что только теперь, когда мое тело подточено раком, я понял, как нужно жить!" Но с Тельмой все было по-другому. Я редко встречал людей, которые подошли бы так близко к смерти и извлекли из этого так мало опыта. Чего стоит хотя бы это решение, которое она приняла после того, как пришла в себя: неужели она и вправду верила, что сделает Гарри счастливым, слепо исполняя все его требования и скрывая свои собственные мысли и желания? И что может быть хуже для Гарри, чем жена, которая проплакала всю прошлую неделю и даже не поделилась с ним своим горем? Поистине, этой женщиной владело самоослепление.

Это самоослепление было особенно очевидным, когда она рассуждала о Мэтью:

- Он излучает доброту, которая трогает каждого, кто общается с ним. Его обожают все секретарши. Каждой из них он говорит что-то приятное, помнит, как зовут их детей, три-четыре раза в неделю угощает их пончиками. Куда бы мы ни заходили в течение тех двадцати семи дней, он никогда не забывал сказать что-нибудь приятное официанту или продавщице. Вы что-нибудь знаете о практике буддистской медитации?

- Ну да, фактически, я... - но Тельма не дожидалась окончания моей фразы.

- Тогда Вы знаете о медитации "любящей доброты". Он проводил ее два раза в день и приучил к этому меня. Именно поэтому я бы никогда, ни за что не поверила, что он сможет так поступить со мной. Его молчание меня убивает. Иногда, когда я долго думаю об этом, я



чувствую, что такого не могло, просто не могло случиться, - человек, который научил меня быть открытой, просто не мог придумать более ужасного наказания, чем полное молчание. С каждым днем я все больше и больше убеждаюсь, - здесь голос Тельмы понизился до шепота, - что он намеренно пытается довести меня до самоубийства. Вам кажется безумной эта мысль?

- Не знаю, как насчет безумия, но она кажется мне порождением боли и отчаяния.

- Он пытается довести меня до самоубийства. Я не вхожу в круг его забот. Это единственное разумное объяснение!

- Однако, думая так, вы все-таки защищали его все эти годы. Почему?

- Потому что больше всего на свете я хочу, чтобы Мэтью думал обо мне хорошо. Я не могу рисковать своим единственным шансом хотя бы на капельку счастья!

- Тельма, но ведь прошло восемь лет. Вы не слышали от него ни слова восемь лет!

- Но шанс есть - хотя и ничтожный. Но два или даже один шанс из ста все же лучше, чем ничего. Я не надеюсь, что Мэтью полюбит меня снова, я только хочу, чтобы он помнил о моем существовании. Я прошу немного - когда мы гуляли в Голден Гейт Парке, он чуть не вывихнул себе лодыжку, стараясь не наступить на муравейник. Что ему стоит обратить с мою сторону хотя бы часть своей "любящей доброты"?

Столько непоследовательности, столько гнева и даже сарказма бок о бок с таким благоговением! Хотя я постепенно начал входить в мир ее переживаний и привыкать к ее преувеличенным оценкам Мэтью, я был по-настоящему ошеломлен следующим ее замечанием:

- Если бы он звонил мне раз в год, разговаривал со мной хотя бы пять минут, спрашивал, как мои дела, демонстрировал свою заботу, то я была бы счастлива. Разве я требую слишком многого?

Я ни разу не встречал человека, над которым другой имел бы такую же власть. Только представьте себе: она заявляла, что один пятиминутный телефонный разговор в год мог излечить ее! Интересно, правда ли это. Помню, я тогда подумал, что если все остальное не сработает, я готов попытаться осуществить этот

эксперимент! Я понимал, что шансы на успех терапии в этом случае невелики: самоослепление Тельмы, ее психологическая неподготовленность и сопротивление интроспекции, суицидальные наклонности - все говорило мне: "Будь осторожен!"

Но ее проблема зацепила меня. Ее любовная навязчивость - как еще можно было это назвать? - была такой сильной и стойкой, что владела ее жизнью восемь лет. В то же время корни этой навязчивости казались необычайно слабыми. Немного усилий, немного изобретательности - и мне удастся вырвать этот сорняк. А что потом? Что я найду за поверхностью этой навязчивости? Не обнаружу ли я грубые факты человеческого существования, прикрытые очарованием любви? Тогда я смогу узнать кое-что о функции любви. Медицинские исследования доказали еще в начале XIX века, что лучший способ понять назначение внутренних органов - это удалить их и посмотреть, каковы будут физиологические последствия для лабораторного животного. Хотя бесчеловечность этого сравнения привела меня в дрожь, я спросил себя: почему бы и здесь не действовать по такому же принципу? Пока. что было очевидно, что любовь Тельмы к Мэтью была на самом деле чем-то другим - возможно, бегством, защитой от старости и одиночества. В ней не было ни настоящего Мэтью, ни настоящей любви, если признать, что любовь - это отношение, свободное от всякого принуждения, полное заботы, тепла и самоотдачи.

Еще один предупреждающий знак требовал моего внимания, но я предпочел его проигнорировать. Я мог бы, например, более серьезно задуматься о двадцати годах психиатрического лечения Тельмы! Когда я проходил практику в Психиатрической клинике Джона Хопкинса, у персонала было много "народных примет" хронического заболевания. Одним из самых безжалостных было соотношение: чем толще медицинская карта пациента и чем он старше, тем хуже прогноз. Тельме было семьдесят лет, и никто, абсолютно никто, не порекомендовал бы ей психотерапию.

Когда я анализирую свое состояние в то время, я понимаю, что все мои соображения были чистой рационализацией.

Двадцать лет терапии? Ну, последние восемь лет нельзя считать терапией из-за скрытности Тельмы. Никакая терапия не имеет шанса

на успех, если пациент скрывает главную проблему.

Десять лет терапии до Мэтью? Ну, это было так давно! Кроме того, большинство ее терапевтов были молоденькими стажерами. Разумеется, я мог дать ей больше. Тельма и Гарри, будучи ограничены в средствах, никогда не могли себе позволить иных терапевтов, кроме учеников. Но в то время я получил финансовую поддержку от исследовательского института для изучения проблем психотерапии пожилых людей и мог лечить Тельму за минимальную плату. Несомненно, для нее это была удачная возможность получить помощь опытного клинициста.

На самом деле причины, побудившие меня взяться за лечение Тельмы, были в другом: во-первых, меня заинтриговала эта любовная навязчивость, имеющая одновременно и давние корни, и открытую, ярко выраженную форму, и я не мог отказать себе в удовольствии раскопать и исследовать ее; во-вторых, я пал жертвой того, что теперь называю гордыней, - я верил, что смогу помочь любому пациенту, что нет никого, кто был бы мне не под силу. Досократики определяли гордыню как "неподчинение божественному закону"; но я, конечно, пренебрег не божественным, а естественным законом - законом, который управляет событиями в моей профессиональной области. Думаю, что уже тогда у меня было предчувствие, что еще до окончания работы с Тельмой мне придется расплачиваться за свою гордыню.

В конце нашей второй встречи я обсудил с Тельмой терапевтический контракт. Она дала мне ясно понять, что не хочет долгосрочной терапии; кроме того, я рассчитывал, что за шесть месяцев должен разобраться, смогу ли я помочь ей. Поэтому мы договорились встречаться раз в неделю в течение шести месяцев (и, возможно, продлить терапию еще на шесть месяцев, если в этом будет необходимость). Она взяла на себя обязательство регулярно посещать меня и участвовать в исследовательском проекте. Проект предусматривал исследовательское интервью и батарею психологических тестов для измерения результатов. Тестирование должно было проводиться дважды: в начале терапии и через шесть месяцев после ее завершения.

Мне пришлось предупредить ее о том, что терапия наверняка будет болезненной, и попросить не жаловаться на это.

- Тельма, эти бесконечные размышления о Мэтью - для краткости назовем их навязчивостью...

- Те двадцать семь дней были величайшим даром, - оцетинилась она. - Это одна из причин, по которой я не говорила о них ни с одним терапевтом. Я не хочу, чтобы их рассматривали как болезнь.

- Нет, Тельма, я имею в виду не то, что произошло восемь лет назад. Я говорю о том, что происходит теперь, и о том, что Вы не можете жить нормально, потому что постоянно, снова и снова, проигрываете в голове прошлые события. Я полагал, Вы пришли ко мне, потому что хотите перестать мучить себя.

Она посмотрела на меня, прикрыла глаза и кивнула. Она сделала предупреждение, которое должна была сделать, и теперь опять откинулась в своем кресле.

- Я хотел сказать, что эта навязчивость... давайте найдем другое слово, если "навязчивость" звучит оскорбительно для Вас...

- Нет, все в порядке. Теперь я поняла, что Вы имеете в виду.

- Итак, эта навязчивость была основным содержанием Вашей внутренней жизни в течение восьми лет. Мне будет трудно избавить Вас от нее. Мне придется бросить вызов некоторым Вашим мнениям, и терапия может оказаться жестокой. Вы должны дать мне обещание, что не станете обвинять меня в этом.

- Считайте, что получили его. Когда я принимаю решение, я от него не отказываюсь.

- Еще, Тельма, мне трудно работать, когда надо мной висит угроза самоубийства пациента. Мне нужно Ваше твердое обещание, что в течение шести месяцев Вы не причините себе никакого физического вреда. Если Вы почувствуете, что находитесь на грани самоубийства, позвоните мне. Звоните в любое время - я буду к Вашим услугам. Но если Вы предпримете хоть какую-нибудь попытку - даже незначительную, - то наш контракт будет расторгнут, и я прекращу работать с Вами. Часто я фиксирую подобный договор письменно, но в данном случае я доверяю Вашим словам о том, что Вы всегда следуете принятому решению.

К моему удивлению, Тельма покачала головой:

- Я не могу Вам этого обещать. Иногда на меня находит такое состояние, когда я понимаю, что это единственный выход. Я не могу исключить эту возможность.

- Я говорю только о ближайших шести месяцах. Я не требую от Вас более длительных обязательств, но я не могу иначе приступить к работе. Если Вам необходимо еще об этом подумать, давайте встретимся через неделю.

Тельма сразу стала более миролюбивой. Не думаю, что она ожидала от меня столь резкого заявления. Хотя она и не подала виду, я понял, что она смягчилась.

- Я не могу ждать следующей недели. Я хочу, чтобы мы приняли решение сейчас и сразу же начали терапию. Я готова сделать все, что в моих силах.

"Все, что в ее силах..." Я чувствовал, что этого недостаточно, но сомневался, стоит ли сразу начинать качать права. Я ничего не сказал - только поднял брови.

После минутного или полутораминутного молчания (большая пауза для терапии) Тельма встала, протянула мне руку и произнесла: "Я обещаю Вам".

На следующей неделе мы начали работу. Я решил сосредоточить внимание лишь на основных и неотложных проблемах. У Тельмы было достаточно времени (двадцать лет терапии!), чтобы исследовать свое детство, и мне меньше всего хотелось сосредоточиваться на событиях шестидесятилетней давности.

Ее отношение к психотерапии было очень противоречивым: хотя она видела в ней последнюю соломинку, ни один сеанс не приносил ей удовлетворения. После первых десяти сеансов я убедился, что если анализировать ее чувства к Мэтью, всю следующую неделю ее будет мучить навязчивость. Если же рассматривать другие темы, даже такие важные, как ее отношения с Гарри, она будет считать сеанс пустой тратой времени, потому что мы игнорировали главную проблему - Мэтью.

Из-за этого ее недовольства я тоже стал испытывать неудовлетворенность работой с Тельмой. Я приучился не ждать никаких личных наград от этой работы. Ее присутствие никогда не доставляло мне удовольствия, и уже к третьему или четвертому

сеансу я убедился, что единственное удовлетворение, которое я могу получить от этой работы, лежит в интеллектуальной сфере.

Большая часть наших бесед была посвящена Мэтью. Я расспрашивал о точном содержании ее фантазий, и Тельме, казалось, нравилось говорить о них. Образы были очень однообразны: большинство из них в точности повторяли какую-либо из их встреч в течение тех двадцати семи дней. Чаще всего это было первое свидание - случайная встреча на Юнион Сквер, кофе в "Сан Френсис", прогулка по набережной, вид на залив, которым они любовались, сидя в ресторанчике, волнующая поездка в "берлогу" Мэтью; но иногда она вспоминала просто один из их любовных разговоров по телефону.

Секс играл минимальную роль в этих фантазиях: она редко испытывала какое-либо сексуальное возбуждение. Фактически, хотя за двадцать семь дней романа у них было много сексуальных ласк, они занимались любовью лишь один раз, в первый вечер. Они пытались сделать это еще дважды, но у Мэтью не получилось. Я все больше убеждался в верности своих предположений о причинах его поведения: а именно, что он имел серьезные сексуальные проблемы, которые отыгрывал на Тельме (а, возможно, и на других несчастных пациентках).

У меня было много вариантов начала работы, и оказалось трудно выбрать, на каком остановиться. Однако прежде всего было необходимо, чтобы Тельма поняла, что ее наваждение должно быть рассеяно. Ибо любовное наваждение обкрадывает реальную жизнь, "съедает" новый опыт - как положительный, так и отрицательный. Я пережил все это на собственной шкуре. В самом деле, большая часть моих терапевтических взглядов и мои основные интересы в области психологии выросли из моего личного опыта. Ницше утверждал, что любая философская система порождается биографией философа, а я полагаю, что это верно и в отношении терапевтов, во всяком случае, тех, кто имеет собственные взгляды.

Примерно за два года до знакомства с Тельмой я встретил на одной конференции женщину, которая впоследствии завладела всеми моими мыслями, чувствами и мечтами. Ее образ стал полным хозяином моей души и сопротивлялся всем моим попыткам

вытравить его из памяти. До поры до времени это было даже здорово: мне нравилось мое наваждение, я упивался им. Через несколько недель я отправился с семьей в отпуск на один из красивейших островов Карибского архипелага. Только спустя несколько дней я понял, что все путешествие прошло мимо меня: красота побережья, буйство экзотической растительности, даже удовольствие от рыбалки и погружения в подводный мир. Все это богатство реальных впечатлений было стерто моим наваждением. Я отсутствовал. Я был погружен в себя, раз за разом проигрывая в голове одну и ту же бессмысленную фантазию. Встревоженный и совершенно опостылевший сам себе, я обратился за помощью к терапии, и через несколько месяцев напряженной работы снова овладел собой и смог вернуться к волнующему занятию - проживать свою собственную реальную жизнь. (Забавно, что мой терапевт, ставший впоследствии моим близким другом, через много лет признался мне, что во время работы со мной он сам был влюблен в одну прекрасную итальянку, внимание которой было приковано к кому-то другому. Так, от пациента к терапевту, а затем опять к пациенту передается эстафета любовного наваждения.)

Поэтому, работая с Тельмой, я сделал упор на том, что ее одержимость обескровливает ее жизнь, и часто повторял ее собственное замечание, что она проживает свою жизнь восемь лет назад. Неудивительно, что она ненавидела жизнь! Ее жизнь задыхалась в тюремной камере, где единственным источником воздуха были те давно прошедшие двадцать семь дней.

Но Тельма никак не соглашалась с убедительностью этого тезиса и, как я теперь понимаю, была совершенно права. Переноса на нее свой опыт, я ошибочно предполагал, что ее жизнь обладала богатством, которое отняла у нее одержимость. А Тельма чувствовала, хотя и не выражала этого прямо, что в ее наваждении содержалось бесконечно больше подлинности, чем в ее повседневной жизни. (Позже нам удалось установить, правда, без особой пользы, и обратную закономерность - наваждение завладело ее душой именно из-за скудости ее реальной жизни.)

Примерно к шестому сеансу я доконал ее, и она - вероятно, чтобы подшутить надо мной - согласилась с тем, что ее навязчивость - это

враг, которого нужно искоренять. Мы проводили сеанс за сеансом, просто изучая ее навязчивость. Мне казалось, что причиной страданий Тельмы была та власть над нею, которую она приписывала Мэтью. Нельзя было никуда двигаться, пока мы не лишим его этой власти.

- Тельма, это чувство, что единственное, что имеет значение, - это чтобы Мэтью думал о Вас хорошо, - расскажите мне все о нем.

- Это трудно выразить. Мне невыносима мысль о том, что он ненавидит меня. Он - единственный человек, который знает обо мне все. И поэтому возможность того, что он любит меня, несмотря на все, что знает, имеет для меня огромное значение.

Я думаю, что именно по этой причине терапевтам нельзя эмоционально увлекаться пациентами. Благодаря своей привилегированной позиции, своему доступу к глубоким чувствам и секретным сведениям, их отношение всегда имеет для пациента особое значение. Для пациентов почти невозможно воспринимать терапевтов как обычных людей. Моя ярость к Мэтью возрастала.

- Но, Тельма, он всего лишь человек. Вы не виделись восемь лет. Какая разница, что он о Вас думает?

- Я не могу объяснить Вам. Я знаю, что это нелепо, но в глубине души чувствую, что все было бы в порядке и я была бы счастлива, если бы он думал обо мне хорошо.

Эта мысль, это ключевое заблуждение было моей главной мишенью. Я должен был разрушить его. Я воскликнул со страстью:

- Вы - это Вы, у Вас - свой собственный опыт, Вы остаетесь собой непрерывно, каждую минуту, изо дня в день. В основе своей Ваше существование непроницаемо для потока мыслей или электромагнитных волн, которые возникают в чужом мозге. Постарайтесь это понять. Вся ту власть, которой обладает над Вами Мэтью. Вы сами передали ему - сами!

- От одной мысли, что он может презирать меня, у меня начинает сосать под ложечкой.

- То, что происходит в голове у другого человека, которого Вы никогда больше не увидите, который, возможно, даже не помнит о Вашем существовании, который поглощен своими проблемами, не должно влиять на Вас.



- О нет, все в порядке, он помнит о моем существовании. Я оставляю множество сообщений на его автоответчике. Кстати, я сообщила ему на прошлой неделе, что встречаюсь с Вами. Думаю, он должен знать, что я рассказала Вам о нем. Все эти годы я каждый раз предупреждала его, когда меняла терапевтов.

- Но я думал, что Вы не обсуждали его со всеми этими терапевтами.

- Верно. Я обещала ему это, хотя он меня и не просил, и я выполняла свое обещание - до последнего времени. Хотя мы и не разговаривали друг с другом все эти годы, я все же думала, что он должен знать, с каким терапевтом я встречаюсь. Многие из них были его однокурсниками. Они могли быть его друзьями.

Из-за своих злорадных чувств к Мэтью я не был расстроен словами Тельмы. Наоборот, меня позабавило, когда я представил себе, с каким замешательством он в течение всех этих лет выслушивал мнимо заботливые сообщения Тельмы на своем автоответчике. Я начал отказываться от своих планов проучить Мэтью. Эта леди знала, как наказать его, и не нуждалась в моей помощи.

- Но, Тельма, давайте вернемся к тому, о чем мы говорили. Как Вы не можете понять, что сами это делаете? Его мысли на самом деле не могут повлиять на такого человека, как Вы. Вы позволяете ему влиять на себя. Он - всего лишь человек, такой же, как мы с Вами. Если Вы будете думать плохо о человеке, с которым у Вас никогда не будет никакого контакта, смогут ли Ваши мысли - эти психические образы, рожденные в Вашем мозгу и известные только Вам, - повлиять на этого человека? Единственный способ добиться этого называется колдовством. Почему Вы добровольно отдали ему власть над собой? Он такой же человек, как другие, он борется за жизнь, он стареет, он может пукнуть, может умереть. Тельма не ответила. Я продолжал:

- Вы говорили уже, что трудно нарочно придумать поведение, которое бы сильнее ранило Вас. Вы думали, что, быть может, он пытается довести Вас до самоубийства. Он не заботится о Вашем благополучии. Так какой же смысл так превозносить его? Верить, что в жизни нет ничего важнее, чем его мнение о Вас?

- По-настоящему я не верю в то, что он пытается довести меня до самоубийства. Это всего лишь мысль, которая иногда приходит мне в голову. Мои чувства к Мэтью переменчивы. Но чаще всего я чувствую потребность в том, чтобы он желал мне добра.

- Но почему это желание столь архиважно? Вы подняли его на сверхчеловеческую высоту. Но, кажется, он - всего лишь слабый человек. Вы сами упоминали о его серьезных сексуальных проблемах. Взгляните на всю эту историю целиком - на ее этическую сторону. Он нарушил основной закон любой помогающей профессии. Подумайте о том горе, которое он Вам причинил. Мы оба знаем, что просто-напросто недопустимо для профессионального терапевта, который давал клятву действовать в интересах клиента, причинять кому-либо такой вред, какой он причинил Вам.

С тем же успехом я мог бы разговаривать со стенкой.

- Но именно тогда, когда он начал действовать профессионально, когда он вернулся к своей формальной роли, он и причинил мне вред. Когда мы были просто двумя влюбленными, он преподнес мне самый драгоценный дар в мире.

Я был в отчаянии. Разумеется, Тельма несла ответственность за свои жизненные трудности. Разумеется, неправда, что Мэтью обладал какой-то реальной властью над ней. Разумеется, она сама наделила его этой властью, стремясь отказаться от своей свободы и ответственности за собственную жизнь. Вовсе не собираясь освободиться от власти Мэтью, она страстно жаждала подчинения.

Конечно, я с самого начала знал, что, какими бы убедительными ни были мои доводы, они не смогут проникнуть достаточно глубоко, чтобы вызвать какие-либо изменения. Этого почти никогда не случается. Когда я сам проходил терапию, такое никогда не срабатывало. Только когда человек переживает истину всем своим существом, он может принять ее. Только тогда он может последовать ей и измениться. Психологи-популяризаторы всегда говорят о "принятии ответственности", но все это - только слова: невероятно трудно, даже невыносимо признать, что ты и только ты сам строишь свой жизненный проект.

Таким образом, основная проблема терапии всегда состоит в том, как перейти от интеллектуального признания истины о себе к ее

эмоциональному переживанию. Только когда в терапию вовлекаются глубокие чувства, она становится по-настоящему мощным двигателем изменений.

Именно немощь была проблемой в моей работе с Тельмой. Мои попытки вдохнуть в нее силу были позорно неуклюжими и состояли в основном из нудных нотаций и постоянного вращения вокруг навязчивости и борьбы с ней.

Как мне не хватало в этой ситуации той уверенности, которую дает ортодоксальная теория! Взять, к примеру, наиболее правоверную психотерапевтическую идеологию - психоанализ. Он всегда с такой уверенностью утверждает необходимость технических процедур, что, пожалуй, любой аналитик оказался бы на моем месте более уверен абсолютно во всем, чем я в чем бы то ни было. Как было бы удобно хоть на минуту почувствовать, что я точно знаю, что делаю в своей психотерапевтической работе - например, что я добросовестно и в нужной последовательности прохожу точно известные стадии терапевтического процесса.

Но все это, конечно, иллюзии. Если идеологические школы со всеми своими сложными метафизическими построениями и помогают, то только тем, что снижают тревогу не у пациента, а у терапевта (и таким образом позволяют ему противостоять страхам, связанным с терапевтическим процессом). Чем больше способность терапевта выдержать страх перед неизвестным, тем меньше он нуждается в какой-либо ортодоксальной системе. Творческие последователи системы, любой системы, в конце концов перерастают ее границы.

Во всезнающем терапевте, который всегда контролирует любую ситуацию, есть что-то успокаивающее, однако нечто привлекательное может быть и в терапевте, который бредет на ощупь и готов вместе с пациентом продираться сквозь лес его проблем, пока они не наткнутся на какое-нибудь важное открытие. Но, увы, еще до завершения нашей работы Тельма продемонстрировала мне, что любая, даже самая замечательная терапия, может оказаться временем, потраченным впустую!

В своих попытках вернуть ей силы я дошел до предела. Я пытался испугать и шокировать ее.

- Предположим на минуту, что Мэтью умер. Это принесло бы Вам облегчение?

- Я пыталась представить это. Когда я представляю, что он умер, я погружаюсь в беспредельную скорбь. Если бы это произошло, мир бы опустел. Я никогда не могла думать о том, что будет после.

- Как Вы можете освободить себя от него? Как можно было бы Вас освободить? Мог бы Мэтью отпустить Вас? Вы когда-нибудь представляли себе разговор, в котором он бы отпускал Вас?

Тельма улыбнулась. Как мне показалось, она посмотрела на меня с большим уважением - будто была удивлена моей способностью читать мысли. Очевидно, я угадал важную фантазию.

- Часто, очень часто.

- Расскажите мне, как это могло бы быть. Я не поклонник ролевых игр и пустых стульев, но, казалось, что сейчас самое время для них.

- Давайте попробуем разыграть это. Не могли бы Вы пересесть на другой стул, сыграть роль Мэтью и поговорить с Тельмой, сидящей здесь, на этом стуле?

Поскольку Тельма отвергала все мои предложения, я стал заготавливать доводы, чтобы убедить ее, но, к моему удивлению, она с воодушевлением согласилась. Возможно, за двадцать лет терапии ей доводилось работать с гештальт-терапевтами, которые применяли эти техники; возможно, ей вспомнился ее сценический опыт. Она почти подскочила на стуле, прочистила горло, изобразила, что надевает галстук и застегивает пиджак, приняла выражение ангельской улыбки и благонамеренного великодушия, снова прочистила голос, села на другой стул и превратилась в Мэтью:

- Тельма, я пришел сюда, помня твое удовлетворение нашей терапевтической работой и желая остаться твоим другом. Мне нравится дарить и получать подарки. Мне нравилось подшучивать над твоими дерьмовыми привычками. Я был искренен. Все, что я тебе говорил, было правдой. А затем произошло событие, о котором я решил не говорить тебе и которое заставило меня измениться. Ты не сделала ничего плохого, в тебе не было ничего отталкивающего, хотя у нас было мало времени для того, чтобы построить прочные отношения. Но случилось так, что одна женщина, Соня...

Тут Тельма на мгновение вышла из роли и сказала громким театральным шепотом:

- Доктор Ялом, Соня - это был мой сценический псевдоним, когда я работала танцовщицей.

Она снова стала Мэтью и продолжала:

- Появилась эта женщина, Соня, и я понял, что моя жизнь навсегда связана с ней. Я пытался расстаться, пытался сказать тебе, чтобы ты перестала звонить, и, честно говоря, меня раздражало, что ты не сделала этого. После твоей попытки самоубийства я понял, что должен быть очень осторожен в словах, и именно поэтому я так отдалился от тебя. Я виделся со своим духовным наставником, который посоветовал мне сохранять полное молчание. Я хотел бы любить тебя как друга, но это невозможно. Существуют твой Гарри и моя Соня.

Она замолчала и тяжело опустилась на свой стул. Ее плечи поникли, благожелательная улыбка исчезла с лица, и, полностью опустошенная, она снова превратилась в Тельму.

Мы оба хранили молчание. Размышляя над словами, которые она вложила в уста Мэтью, я без труда понял их назначение и то, почему она так часто их повторяла: они подтверждали ее картину реальности, освобождали Мэтью от всякой ответственности (ведь не кто иной, как наставник посоветовал ему хранить молчание) и подтверждали, что с ней все в порядке и в их отношениях не было ничего странного; просто у Мэтью возникли более серьезные обязательства перед другой женщиной. То, что эта женщина была Соней, то есть ею самой в молодости, заставило меня обратить более серьезное внимание на переживания Тельмы по поводу ее возраста.

Я был поглощен идеей освобождения. Могли ли слова Мэтью действительно освободить ее? Мне вспомнились взаимоотношения с пациентом, которого я вел в первые годы своей интернатуры (эти первые клинические впечатления откладываются в памяти как своего рода профессиональный импринтинг). Пациент, страдавший тяжелой паранойей, утверждал, что я не доктор Ялом, а агент ФБР, и требовал у меня удостоверение личности. Когда на следующем сеансе я наивно предоставил ему свое свидетельство о рождении, водительские права и паспорт, он заявил, что я подтвердил его

правоту: только обладая возможностями ФБР, можно так быстро добыть поддельные документы. Если система бесконечно расширяется, вы не можете выйти за ее пределы.

Нет, конечно, у Тельмы не было паранойи, но, возможно, и она стала бы тоже отрицать любые освобождающие утверждения, если бы они исходили от Мэтью, и постоянно требовала бы новых доказательств и подтверждений. Тем не менее, оглядываясь назад, я полагаю, что именно в тот момент я начал серьезно подумывать о том, чтобы включить Мэтью в терапевтический процесс - не ее идеализированного Мэтью, а реального Мэтью, из плоти и крови.

- Что вы чувствуете по поводу только что сыгранной роли, Тельма? Что она пробудила в Вас?

- Я чувствовала себя идиоткой! Нелепо в мои годы вести себя, как наивный подросток.

- Вам не хочется спросить, что чувствовал я? Или Вы думаете, что я чувствовал то же самое?

- Честно говоря, есть еще одна причина (помимо обещания, данного Мэтью), по которой я не говорила о нем ни с терапевтами, ни с кем-либо еще. Я знаю, они скажут, что это увлечение, глупая инфантильная влюбленность или перенос. "Все влюбляются в своих терапевтов", - я и теперь часто слышу эту фразу. Или они начнут говорить об этом как о... Как это называется, когда терапевт переносит что-то на пациента?

- Контрперенос.

- Да, контрперенос. Фактически Вы ведь это имели в виду, когда сказали на прошлой неделе, что Мэтью "отыгрывал" со мной свои личные проблемы. Я буду откровенна (как Вы просили меня): это выводит меня из себя. Получается, что я не имею никакого значения, как будто я была случайным свидетелем каких-то сцен, разыгрываемых между ним и его матерью.

Я прикусил язык. Она была права: именно так я и думал. Вы с Мэтью оба "случайные свидетели". Ни один из вас не имел дела с реальным другом, а лишь со своей фантазией о нем. Ты влюбилась в Мэтью из-за того, чем он представлялся тебе: человеком, который любил тебя абсолютно и безусловно, который целиком посвятил себя твоему благополучию, твоему комфорту и развитию, который

отменил твой возраст и любил тебя, как молодую прекрасную Соню, который дал тебе возможность избежать боли, одиночества и подарил тебе блаженство саморастворения. Ты, может быть, и "влюбилась", но одно несомненно: ты любила не Мэтью, ты никогда не знала Мэтью.

А сам Мэтью? Кого или что любил он? Я пока не знал этого, но я не думал, что он "был влюблен" или любил. Он не любил тебя, Тельма, он тебя использовал. Он не проявлял подлинной заботы о Тельме, о настоящей, живой Тельме! Твое замечание насчет отыгрывания чего-то с его матерью, возможно, не так уж и необоснованно.

Как будто читая мои мысли, Тельма продолжала, выставив вперед подбородок и словно бросая свои слова в огромную толпу:

- Когда люди думают, что мы любим друг друга не по-настоящему, это сводит на нет все самое лучшее в нас. Это лишает любовь глубины и превращает ее в ничто. Любовь была и остается реальной. Ничто никогда не было для меня более реальным. Те двадцать семь дней были высшей точкой моей жизни. Это были двадцать семь дней райского блаженства, и я отдала бы все, чтобы вернуть их!

"Энергичная леди", - подумал я. Она продолжала гнуть свою линию:

- Не перечеркивайте высшие переживания моей жизни. Не отнимайте у меня единственно подлинное из всего, что я когда-либо пережила.

Кто осмелится сделать такое, тем более по отношению к подавленной, близкой к самоубийству семидесятилетней женщине?

Но я не собирался поддаваться на подобный шантаж. Уступить ей сейчас означало признать свою абсолютную беспомощность. Поэтому я продолжал объективным тоном:

- Расскажите мне об этой эйфории все, что Вы помните.

- Это было сверхчеловеческим переживанием. Я была невесомой. Как будто я была не здесь, я отделилась от всего, что причиняет мне боль и тянет вниз. Я перестала думать и беспокоиться о себе. "Я" превратилось в "мы".

Одинокое "я" экстатически растворяется в "мы". Как часто я слышал это! Это общее определение всех форм экстаза - романтического, сексуального, политического, религиозного,

мистического. Каждый жаждет этого растворения и наслаждается им. Но в случае Тельмы было иначе - она не просто стремилась к нему - она нуждалась в нем как в защите от какой-то опасности.

- Это напоминает то, что Вы рассказывали мне о своих сексуальных переживаниях с Мэтью - что не столь важно было, чтобы он был внутри Вас. По-настоящему важно было только то, что вы с ним связаны или даже слиты воедино.

- Верно. Именно это я и имела в виду, когда сказала, что сексуальным отношениям придается слишком большое значение. Сам по себе секс не так уж и важен.

- Это помогает нам понять сон, который Вы видели пару недель назад.

Две недели назад Тельма рассказала тревожный сон - это был единственный сон, рассказанный ею за весь период терапии:

Я танцевала с огромным негром. Затем он превратился в Мэтью. Мы лежали на сцене и занимались любовью. Как только я почувствовала, что кончаю, я прошептала ему на ухо: "Убей меня". Он исчез, а я осталась лежать на сцене одна.

- Вы как будто пытаетесь избавиться от своей автономности, потерять свое "Я" (что во сне символизируется просьбой "убей меня"), а Мэтью должен стать орудием для этого. У Вас есть какие-нибудь соображения о том, почему это происходит на сцене?

- Я сказала вначале, что только в эти двадцать семь дней я чувствовала эйфорию. Это не совсем верно. Я часто чувствовала такой же восторг во время танца. Когда я танцевала, все вокруг исчезало - и я, и весь мир - существовал лишь танец и это мгновение. Когда я танцую во сне, это значит, что я стараюсь заставить исчезнуть все плохое. Думаю, это значит также, что я снова становлюсь молодой.

- Мы очень мало говорили о Ваших чувствах по поводу Вашего семидесятилетнего возраста. Вы много об этом думаете?

- Полагаю, терапия приняла бы несколько иное направление, если бы мне было сорок лет, а не семьдесят. У меня еще оставалось бы что-то впереди. Ведь обычно психиатры работают с более молодыми пациентами?



Я знал, что здесь таится богатый материал. У меня было сильное подозрение, что навязчивость Тельмы питается ее страхами старения и смерти. Одна из причин, по которой она хотела раствориться в любви и быть уничтоженной ею, состояла в стремлении избежать ужаса столкновения со смертью. Ницше говорил: "Последняя награда смерти в том, что больше не нужно умирать". Но здесь таилась и удачная возможность поработать над нашими с ней отношениями. Хотя две темы, которые мы обсуждали (бегство от свободы и от своего одиночества и изолированности) составляли и будут в дальнейшем составлять содержание наших бесед, я чувствовал, что мой главный шанс помочь Тельме заключался в развитии более глубоких отношений с ней. Я надеялся, что установление близкого контакта со мной ослабит ее связь с Мэтью и поможет ей вырваться на свободу. Только тогда мы сможем перейти к обнаружению и преодолению тех трудностей, которые мешали ей устанавливать близкие отношения в реальной жизни.

- Тельма, в вашем вопросе, не предпочитают ли психиатры работать с более молодыми людьми, звучит и личный оттенок. Тельма, как обычно, избегала личного.

- Очевидно, можно добиться большего, работая, к примеру, с молодой матерью троих детей. У нее впереди вся жизнь, и улучшение ее психического состояния принесет пользу ее детям и детям ее детей.

Я продолжал настаивать:

- Я имел в виду, что вы могли бы задать вопрос, личный вопрос, касающийся Вас и меня.

- Разве психиатры не работают более охотно с тридцатилетними пациентами, чем с семидесятилетними?

- А не лучше ли сосредоточиться на нас с Вами, а не на психиатрии вообще? Разве Вы не спрашиваете на самом деле: "Как ты, Ирв, - тут Тельма улыбнулась. Она редко обращалась ко мне по имени и даже по фамилии, - чувствуешь себя, работая со мной, Тельмой, женщиной семидесяти лет?"

Никакого ответа. Она уставилась в окно и даже слегка покачивала головой. Черт побери, она была непробиваема!

- Это всего лишь один из возможных вопросов, но далеко не единственный. Но если бы Вы сразу ответили на мой вопрос в том виде, как я его поставила, я бы получила ответ и на тот вопрос, который только что задали Вы.

- Вы имеете в виду, что узнали бы мое мнение о том, как психиатрия в целом относится к лечению пожилых пациентов и сделали бы вывод о том, что именно так я отношусь к Вашему лечению?

Тельма кивнула.

- Но ведь это такой окольный путь. К тому же он может оказаться неверным. Мои общие соображения могут быть предположениями обо всей области, а не выражением моих личных чувств к Вам. Что мешает Вам прямо задать мне интересующий Вас вопрос?

- Это одна из тех проблем, над которыми мы работали с Мэтью. Именно это он называл моими дерьмовыми привычками.

Ее ответ заставил меня замолчать. Хотел ли я, чтобы меня каким-то образом связывали с Мэтью? И все же я был уверен, что выбрал верный ход.

- Разрешите мне попытаться ответить на Ваши вопросы - общий, который Вы задали, и личный, который не задали. Я начну с более общего. Лично мне нравится работать с более старшими пациентами. Как Вы знаете из всех этих опросников, которые Вы заполняли перед началом лечения, я занимаюсь исследованием и работаю со многими пациентами шестидесяти - семидесятилетнего возраста. Я обнаружил, что с ними терапия может быть столь же эффективной, как и с более молодыми пациентами, а, может быть, даже более эффективной. Я получаю от работы с ними такое же удовлетворение.

Ваше замечание о молодой матери и о возможном резонансе от работы с ней верно, но я смотрю на это несколько иначе. Работа с Вами тоже очень важна. Все более молодые люди, с которыми Вы сталкиваетесь, рассматривают Вашу жизнь как источник опыта или как модель последующих этапов своей жизни. И, я уверен, что только Вы имеете уникальную возможность пересмотреть свою жизнь и ретроспективно наполнить ее - какой бы она ни была - новым смыслом и новым содержанием. Я знаю, сейчас вам трудно это понять, но, поверьте, такое часто случается.

Теперь позвольте мне ответить на личную часть вопроса: что я чувствую, работая с Вами. Я хочу понять Вас. Думаю, я понимаю Вашу боль и очень сочувствую Вам - в прошлом я сам пережил подобное. Мне интересна проблема, с которой Вы столкнулись, и, надеюсь, что я смогу помочь Вам. Фактически я обязан это сделать. Самое трудное для меня в работе с Вами - та непреодолимая дистанция, которую Вы между нами устанавливаете. Вы сказали раньше, что можете узнать (или, по крайней мере, предположить) ответ на личный вопрос, задав безличный. Но подумайте о том, какое впечатление это производит на другого человека. Если Вы постоянно задаете безличные вопросы, я чувствую, что вы игнорируете меня.

- То же самое мне обычно говорил Мэтью. Я молча улыбнулся и сложил оружие. Мне не приходило в голову ничего конструктивного. Оказывается, этот утомительный, раздражающий стиль был для нее типичным. Нам с Мэтью пришлось пережить много общего.

Это была тяжелая и неблагодарная работа. Неделю за неделей она отбивала мои атаки. Я пытался научить ее азам языка близости: например, как употреблять местоимения "я" и "ты", как узнавать свои чувства (а сперва просто различать мысли и чувства), как переживать и выражать чувства. Я объяснял ей значение основных чувств (радости, печали, гнева, удовольствия). Я предлагал закончить предложения, например: "Ирв, когда Вы говорите так, я чувствую к Вам..."

Тельма обладала огромным набором средств дистанцирования. Она могла, например, предварять то, что собиралась сказать, длинным и скучным вступлением. Когда я обратил на это ее внимание, она признала, что я прав, но затем начала объяснять, как читает длинную лекцию каждому прохожему, который спрашивает ее, который час. После того, как Тельма закончила этот рассказ (дополненный историческим очерком о том, как они с сестрой приобрели привычку к долгим окольным объяснениям), мы уже безнадежно удалились от исходной темы, а она с успехом дистанцировалась от меня.

У Тельмы были серьезные трудности с самовыражением. Она чувствовала себя естественно и была самой собой только в двух ситуациях: когда танцевала и во время их двадцатисемидневного

романа с Мэтью. Во многом именно поэтому она так преувеличивала роль своих отношений с Мэтью: "Он знал меня так, как почти никто из людей никогда не знал меня - такой, какая я есть, открытой нараспашку, ничего не утаивающей".

Когда я спрашивал, довольна ли она нашей сегодняшней работой, или проем описать ее чувства ко мне на протяжении последнего сеанса, она редко отвечала. Обычно Тельма отрицала наличие каких-либо чувств, а иногда обескураживала меня заявлением, что чувствовала большую близость, - как раз в тот момент, когда я страдал от ее уклончивости и отстраненности. Обнаруживать расхождение наших точек зрения было небезопасно, потому что тогда она почувствовала бы себя отвергнутой.

По мере того, как становилось все яснее, что отношения между нами не складываются, я чувствовал себя все более разочарованным и беспомощным. Я пытался, насколько мог, приблизиться к ней. Но она оставалась безразличной. Когда я пробовал поговорить с ней об этом, я чувствовал ее хныканье: "Почему ты не любишь меня так же сильно, как Мэтью?"

- Знаете, Тельма, то, что Вы считаете мнение Мэтью единственно значимым для Вас, ведет к отрицанию вообще какого-либо значения моего мнения. В конце концов, я, как и Мэтью, знаю о Вас довольно много. Я тоже терапевт - фактически я на двадцать лет опытнее и, возможно, мудрее, чем Мэтью. Интересно, почему то, что я думаю и чувствую по отношению к Вам, не имеет значения? Она ответила на содержание вопроса, но не на его эмоциональный тон. Она успокаивала меня:

- Вы здесь ни при чем. Я уверена, Вы хорошо знаете свое дело. Я вела бы себя так с любым терапевтом. Именно потому, что Мэтью так обидел меня, я не хочу снова стать уязвимой для терапевта.

- У Вас на все готов ответ, но если все ответы суммировать, получится: "Не приближайся!" Вы не можете сблизиться с Гарри, потому что боитесь расстроить его своими чувствами к Мэтью и желанием покончить с собой. Вы не можете завести друзей, потому что они расстроятся, когда Вы, в конце концов, совершите самоубийство. Вы не можете быть близки со мной, потому что другой

терапевт восемь лет назад причинил Вам боль. Слова все время разные, но песня одна и та же.

Наконец, к четвертому месяцу появились признаки улучшения. Тельма перестала воевать со мной по всякому поводу и, к моему удивлению, начала один из сеансов с рассказа о том, как она всю неделю составляла список своих близких отношений и того, во что они превратились. Она поняла, что каждый раз, когда она по-настоящему сближалась с кем-то, ей так или иначе удавалось разрушить эти отношения.

- Может, Вы и правы, может, у меня действительно серьезная проблема сближения с людьми. Не думаю, что за последние тридцать лет у меня была хоть одна близкая подруга. Я не уверена, была ли она у меня когда-нибудь вообще.

Это прозрение могло стать поворотной точкой в нашей терапии: в первый раз Тельма согласилась со мной и взяла на себя ответственность за определенную проблему. Теперь я надеялся, что мы начнем работать по-настоящему. Но не тут-то было: она отдалилась еще больше, заявив, что проблема сближения заранее обрекает нашу терапевтическую работу на неудачу.

Я изо всех сил пытался убедить ее, что это открытие - не негативный, а позитивный результат терапии. Снова и снова я объяснял ей, что трудности сближения - это не побочный эффект, а корень всех проблем. То, что эта проблема вышла на поверхность, является не помехой, а достижением, и мы могли бы закрепить его.

Но ее отчаяние углублялось. Теперь каждая неделя была ужасной. Ее навязчивость еще больше возросла, она все больше плакала, отдалялась от Гарри и часто думала о самоубийстве. Все чаще и чаще я слышал ее критические замечания в адрес терапии. Она жаловалась, что наши сеансы только "бередят раны" и увеличивают ее страдания, и сожалела, что дала обязательство продолжать терапию шесть месяцев.

Время подходило к концу. Начался пятый месяц; и хотя Тельма уверяла меня, что выполнит свои обязательства, она ясно дала понять, что не готова продолжать терапию свыше шести месяцев. Я чувствовал растерянность: все мои титанические усилия оказались напрасными. Я даже не сумел установить с ней прочный

терапевтический альянс: вся ее душевная энергия до последней капли была прикована к Мэтью, и я не мог найти способ освободить ее. Настал момент разыграть мою последнюю карту.

- Тельма, еще с того дня пару месяцев назад, когда Вы разыгрывали роль Мэтью и произносили слова, которые могли бы освободить Вас, я обдумывал возможность пригласить его сюда и провести сеанс втроем: Вы, я и Мэтью. У нас осталось всего семь сеансов, если Вы не измените свое решение прекратить терапию. - Тельма отрицательно покачала головой. - Я думаю, нам нужен толчок, чтобы двигаться дальше. Мне бы хотелось, чтобы Вы разрешили мне позвонить Мэтью и пригласить его сюда. Думаю, одного сеанса будет достаточно, но мы должны провести его в ближайшее время, потому что потом нам, вероятно, потребуются несколько часов, чтобы разобраться в том, что мы выясним.

Тельма, безразлично откинувшись в своем кресле, внезапно выпрямилась. Сумка выскользнула у нее из рук и упала на пол, но она не обратила на это никакого внимания, слушая меня с широко открытыми глазами. Наконец, наконец-то я привлек ее внимание, и она несколько минут сидела молча, размышляя над моими словами.

Хотя я не продумал свое предложение до конца, я полагал, что Мэтью не откажется с нами встретиться. Я надеялся, что моя репутация в профессиональном сообществе вынудит его сотрудничать. Кроме того, восемь лет телефонных посланий Тельмы должны были доконать его, и я был уверен, что он тоже жаждет освобождения.

Я не мог точно предположить, что случится на этом сеансе, но у меня была странная уверенность, что все обернется к лучшему. На пользу пойдет любая информация. Любое столкновение с реальностью должно помочь Тельме освободиться от ее фиксации на Мэтью. Независимо от глубины деформаций его характера - а я не сомневался, что перекося там значительный, - я был уверен, что в моем присутствии он не сделает ничего, что могло бы вселить в нее надежду на восстановление их связи.

После невероятно долгого молчания Тельма заявила, что ей нужно еще немного времени, чтобы подумать об этом.

- Пока, - сказала она, - я вижу больше минусов, чем плюсов.

Я вздохнул и устроился поудобней на стуле. Я знал, что оставшуюся часть сеанса Тельма проведет, сплетая свою нудную словесную паутину.

- К положительным сторонам можно отнести то, что доктор Ялом сможет сделать определенные непосредственные наблюдения.

Я вздохнул еще глубже. Все было даже хуже, чем обычно: она говорила обо мне в третьем лице. Я хотел было возмутиться тем, что она говорит обо мне так, как будто меня вообще нет в комнате, - но не смог собраться с силами - она меня раздавила.

- Среди отрицательных сторон я могу назвать несколько возможностей. Во-первых, Ваш звонок может отдалить его от меня. У меня пока остается один или два шанса из ста, что он вернется. Ваш звонок сведет мои шансы к нулю или даже ниже.

Я определенно вышел из себя и мысленно восклицал: "Прошло восемь лет, Тельма, как ты не можешь понять? И потом, как твои шансы могут быть ниже нуля, идиотка?" Это действительно была моя последняя карта, и я начинал бояться, что она побьет ее. Но вслух я ничего не сказал.

- Его единственная мотивация участвовать в этом разговоре может быть профессиональной - помочь несчастной, которая слишком беспомощна, чтобы справиться со своей жизнью. В-третьих...

О Господи! Она опять начала говорить списками! Я был не в силах это остановить.

- В-третьих, Мэтью, возможно, скажет правду, но его слова будут иметь покровительственный оттенок и на них сильно повлияет присутствие доктора Ялома. Сомневаюсь, смогу ли я выдержать его покровительственный тон. В-четвертых, это поставит его в очень затруднительное и щекотливое положение в профессиональном смысле. Он никогда не простит мне этого.

- Но, Тельма, он же терапевт. Он знает, что этот разговор необходим Вам, чтобы улучшить Ваше состояние. Если он такой душевно чуткий человек, как Вы описываете его, то, несомненно, испытывает чувство огромной вины за Ваши страдания и будет только рад помочь.

Но Тельма была слишком увлечена разворачиванием своего списка, чтобы услышать мои слова.

- В-пятых, какую помощь я могла бы получить от этой встречи втроем? Нет почти ни одного шанса, что он скажет то, на что я все еще надеюсь. Для меня даже неважно, правда ли это, я просто хочу услышать, что он беспокоится обо мне. Если нет никакой надежды получить то, чего я хочу и в чем нуждаюсь, зачем подвергать себя дополнительной боли? Я и так сильно ранена. Зачем мне это? - Тельма поднялась со стула и подошла к окну.

Теперь я был глубоко озадачен. Тельма окончательно свихнулась и собиралась отвергнуть мою последнюю попытку помочь ей. Я не стал торопиться и подбирал слова очень тщательно.

- Лучший ответ на все вопросы, которые Вы задали, состоит в том, что разговор с Мэтью приблизит нас к правде. Вы ведь, безусловно, хотите этого, не правда ли? - Она стояла ко мне спиной, но мне показалось, что я различил легкий утвердительный кивок. - Вы не можете продолжать жить ложью или иллюзией!

Помните, Тельма, Вы много раз задавали мне вопросы о моей теоретической ориентации. Я обычно не отвечал, потому что считал, что разговор о терапевтических направлениях отвлек бы нас от более насущных тем. Но позвольте мне дать ответ сейчас. Возможно, мое единственное терапевтическое кредо состоит в том, что "не стоит жить, если не понимаешь, что с тобой происходит". Приглашение Мэтью в этот кабинет могло бы стать ключом к подлинному пониманию того, что с Вами происходило эти последние восемь лет.

Мои слова немного успокоили Тельму. Она вернулась и села на стул.

- Все это так потрясло меня. У меня голова идет кругом. Позвольте мне подумать об этом еще неделю. Но вы должны обещать мне одну вещь: что Вы не станете звонить Мэтью без моего разрешения.

Я пообещал ей, что не буду звонить Мэтью на следующей неделе, пока не поговорю с ней, и мы расстались. Я не собирался давать гарантии, что никогда не позвоню ему, но, к счастью, она на этом не настаивала.



На следующий сеанс Тельма явилась помолодевшей на десять лет, вышагивая пружинистой походкой. Она уложила волосы и вместо своих обычных синтетических слаксов или тренировочных штанов надела элегантную шерстяную юбку и чулки. Она сразу села и перешла к делу:

- Всю неделю я размышляла о встрече с Мэтью. Я еще раз взвесила все плюсы и минусы и теперь полагаю, что Вы правы - мое состояние сейчас так ужасно, что, вероятно, ничто уже не может его ухудшить.

- Тельма, я этого не говорил. Я сказал, что...

Но Тельму не интересовали мои слова. Она перебила меня:

- Но Ваш план позвонить ему был не слишком удачным. Для него был бы шоком Ваш неожиданный звонок. Поэтому я решила сама позвонить ему, чтобы предупредить о Вашем звонке. Конечно, я не дозвонилась, но сообщила ему через автоответчик о Вашем предложении и попросила его перезвонить мне или Вам... И... и...

Тут она сделала паузу и с усмешкой наблюдала за возрастанием моего нетерпения.

Я был удивлен. Раньше я никогда не замечал в ней актерских замашек.

-И?

- Ну, Вы оказались догадливей, чем я ожидала. Впервые за восемь лет он ответил на мой звонок, и у нас состоялся двадцатиминутный дружеский разговор.

- Как Вы себя чувствовали, разговаривая с ним?

- Замечательно! Даже не могу выразить, как замечательно. Как будто мы только вчера с ним простились. Это был все тот же добрый, заботливый Мэтью. Он подробно расспрашивал обо мне. Он был обеспокоен моей депрессией. Был доволен, что я обратилась к Вам. Мы хорошо поговорили.

- Вы можете мне рассказать, что вы обсуждали?

- Боже, я не знаю, мы просто болтали.

- О прошлом? О настоящем?

- Знаете, это звучит по-идиотски, но я не помню!

- Вы можете вспомнить хоть что-нибудь? - На моем месте многие терапевты проинтерпретировали бы ее слова как отталкивание меня.

Наверное, мне следовало бы подождать, но я не мог. Мне было безумно любопытно! Тельма вообще не имела привычки думать о том, что у меня тоже могут быть какие-то желания.

- Поверьте, я не пытаюсь ничего скрыть. Я просто не могу вспомнить. Я была слишком взволнована. О, да, он рассказал мне, что был женат, развелся и что у него было много хлопот с разводом.

- Но, главное - он готов прийти на нашу встречу. Знаете, забавно, но он даже проявил нетерпение - как будто это я его избегала. Я попросила его прийти в Ваш офис в мой обычный час на следующей неделе, но он попросил сделать это раньше. Раз уж мы решили так сделать, он хочет, чтобы это произошло как можно скорее. Полагаю, я чувствую то же самое.

Я предложил назначить встречу через два дня, и Тельма сказала, что сообщит Мэтью. Вслед за этим мы еще раз проанализировали ее телефонный разговор и составили план следующей встречи. Тельма так и не вспомнила всех деталей своего разговора, но она, по крайней мере, вспомнила, о чем они не говорили.

- С того самого момента, как я повесила трубку, я проклиная себя за то, что струсил и не задала Мэтью два единственно важных для меня вопроса. Во-первых, что на самом деле произошло восемь лет назад? Почему ты порвал со мной? Почему ты молчал все это время? И, во-вторых, как ты на самом деле относишься ко мне теперь?

- Давайте договоримся, что после нашей встречи втроем Вам не придется проклинать себя за что-то, о чем Вы не спросили. Я обещаю помочь Вам задать все те вопросы, которые Вы хотите задать, все вопросы, которые помогут Вам избавиться от власти Мэтью. Это будет моей главной задачей на предстоящей встрече.

В оставшееся время Тельма повторила много старого материала: она говорила о своих чувствах к Мэтью, о том, что это не было переносом, о том, что Мэтью подарил ей лучшие минуты в ее жизни. Мне показалось, что она бубнила, не переставая, все время отклоняясь в разные стороны, причем с таким видом, будто рассказывала мне все это впервые. Я осознал, как мало она изменилась и как много зависит от драматических событий, которые произойдут на следующем сеансе.

Тельма пришла на двадцать минут раньше. В то утро я занимался корреспонденцией и пару раз видел ее в приемной, когда совещался со своей секретаршей. Она была в привлекательном ярко-синем трикотажном платье - довольно смелый наряд для семидесятилетней женщины, но я подумал, что это был удачный выбор. Позже, пригласив ее в кабинет, я сделал ей комплимент, и она призналась мне по секрету, приложив палец к губам, что почти целую неделю ходила по магазинам, чтобы подобрать платье. Это было первое новое платье, которое она купила за восемь лет. Поправляя помаду на губах, она сказала, что Мэтью придет с минуты на минуту, точно вовремя. Он сказал ей, что не хочет провести слишком много времени в приемной, чтобы избежать столкновения с коллегами, которые могут проходить мимо. Я не мог осуждать его за это.

Внезапно она замолчала. Я оставил дверь приоткрытой, и мы смогли услышать, что Мэтью пришел и разговаривает с моей секретаршей.

- Я ходил сюда на лекции, когда отделение находилось в старом здании... Когда вы переехали? Мне так нравится легкая, воздушная атмосфера этого здания, а Вам?

Тельма приложила руку к груди, как бы пытаясь успокоить бьющееся сердце, и прошептала:

- Видите? Видите, с какой естественностью проявляется его внимание?

Мэтью вошел. Даже если он и был поражен тем, как она постарела, его добродушная мальчишеская улыбка этого не выдала. Он оказался старше, чем я предполагал, возможно, немного за сорок, и был консервативно, не по-калифорнийски одет в костюм-тройку. В остальном он был таким, как его описала Тельма - стройным, загорелым, с усами.

Я был готов к его непосредственности и любезности, поэтому они не произвели на меня особого впечатления. (Социопаты всегда умеют подать себя, подумал я.) Я начал с того, что кратко поблагодарил его за приход.

Он сразу ответил:

- Я ждал подобного сеанса многие годы. Это я должен благодарить Вас за то, что помогли ему состояться. Кроме того, я давно слежу за

Вашими работами. Для меня большая честь познакомиться с Вами.

Он не лишен обаяния, подумал я, но мне не хотелось отвлекаться на профессиональный разговор с Мэтью; в течение этого часа самое лучшее для меня было держаться в тени и передать инициативу Тельме и Мэтью. Я вернулся к теме сеанса:

- Сегодня мы должны о многом поговорить. С чего начнем? Тельма начала:

- Странно, я же не увеличивала дозу своих лекарств. - Она повернулась к Мэтью. - Я все еще на антидепрессантах. Прошло восемь лет - Господи, восемь лет, трудно поверить! За эти годы я, наверное, перепробовала восемь новых препаратов, и ни один из них не помогает. Но интересно, что сегодня все побочные эффекты проявляются сильнее. У меня так пересохло во рту, что трудно говорить. С чего бы это? Может быть, это стресс усиливает побочные эффекты?

Тельма продолжала перескакивать с одного на другое, расходуя драгоценные минуты нашего времени на вступления к вступлениям. Я стоял перед дилеммой: в обычной ситуации я попытался бы объяснить ей последствия ее уклончивости. Например, я мог бы сказать, что она подчеркивает свою ранимость, что заранее ограничивает возможности открытого обсуждения, к которому она стремилась. Или что она пригласила сюда Мэтью, чтобы спокойно поговорить, а вместо этого сразу же заставляет его чувствовать себя виноватым, напоминая ему, что с тех пор, как он покинул ее, она принимает антидепрессанты.

Но такие интерпретации превратили бы большую часть нашего времени в обычный сеанс индивидуальной терапии - то есть как раз в то, чего никто из нас не хотел. Кроме того, если я выскажу хоть малейшую критику в адрес ее поведения, она почувствует себя униженной и никогда не простит мне этого.

В этот час слишком многое было поставлено на карту. Я не мог допустить, чтобы Тельма упустила свою последнюю попытку из-за бесполезных метаний. Для нее это был шанс задать те вопросы, которые мучили ее восемь лет. Это был ее шанс получить свободу.

- Можно мне прервать Вас на минуту, Тельма? Я бы хотел, если вы оба не возражаете, взять на себя сегодня роль председателя и

следить за тем, чтобы мы придерживались регламента. Можем мы уделить пару минут утверждению повестки дня?

Наступило короткое молчание, которое нарушил Мэтью.

- Я здесь для того, чтобы помочь Тельме. Я знаю, что она переживает трудный период, и знаю, что несу ответственность за это. Я постараюсь как можно откровеннее ответить на все вопросы.

Это был прекрасный намек для Тельмы. Я бросил на нее ободряющий взгляд. Она поймала его и начала говорить:

- Нет ничего хуже, чем чувствовать себя покинутой, чувствовать, что ты абсолютно одинока в мире. Когда я была маленькой, одной из моих любимых книг - я обычно брала их в Линкольн Парк в Вашингтоне и читала, сидя на скамейке, - была... - Тут я бросил на Тельму самый злобный взгляд, на какой только был способен. Она поняла.

- Я вернусь к делу. Мне кажется, основной вопрос, который меня волнует, - она медленно и осторожно повернулась к Мэтью, - что ты чувствуешь ко мне?

Умница! Я одобрительно улыбнулся ей.

Ответ Мэтью заставил меня задохнуться. Он посмотрел ей прямо в глаза и сказал:

- Я думал о тебе каждый день все эти восемь лет! Я беспокоился за тебя. Я очень беспокоился. Я хочу быть в курсе того, что происходит с тобой. Мне бы хотелось иметь возможность каким-то образом встречаться с тобой каждые несколько месяцев, чтобы я мог поглядеть на тебя. Я не хочу, чтобы ты бросала меня.

- Но тогда, - спросила Тельма, - почему же ты молчал все эти годы?

- Иногда молчание лучше всего выражает любовь. Тельма покачала головой.

- Это похоже на один из твоих дзэнских коанов, которые я никогда не могла понять. Мэтью продолжал:

- Всякий раз, когда я пытался поговорить с тобой, становилось только хуже. Ты требовала от меня все больше и больше, пока уже не осталось ничего, что я мог бы дать тебе. Ты звонила мне по двенадцать раз на дню. Ты снова и снова появлялась в моей приемной. Потом, после того, как ты попыталась покончить с собой, я

понял, - и мой терапевт согласился с этим - что лучше всего полностью порвать с тобой.

Слова Мэтью удивительно напоминали ту сцену, которую Тельма разыграла на нашем психодраматическом сеансе.

- Но, - заметила Тельма, - вполне естественно, что человек чувствует себя покинутым, когда что-то важное так внезапно исчезает.

Мэтью понимающе кивнул Тельме и ненадолго взял ее за руку. Затем он обернулся ко мне.

- Я думаю, Вам необходимо точно знать, что произошло восемь лет назад. Я сейчас говорю с Вами, а не с Тельмой, потому что уже рассказывал ей эту историю, и не один раз. - Он повернулся к ней. - Извини, что тебе придется выслушать это еще раз, Тельма.

Затем Мэтью с непринужденным видом повернулся ко мне и начал:

- Это нелегко для меня. Но лучше всего просто рассказать все, как было. Восемь лет назад, примерно через год после окончания обучения, у меня был серьезный психотический срыв. В то время я был сильно увлечен буддизмом и практиковал випрассану - это форма буддийской медитации... - когда Мэтью увидел, что я кивнул, он прервал рассказ. - Вы, кажется, знакомы с этим. Мне было бы очень интересно узнать Ваше мнение, но сегодня, я полагаю, лучше продолжать... Я проводил випрассану в течение трех или четырех часов в день. Я собирался стать буддийским монахом и ездил в Индию для тридцатидневной уединенной медитации в Игапури, небольшой деревне к северу от Бомбея. Режим оказался слишком суровым для меня - полное молчание, полная изоляция, занятия медитацией по четырнадцать часов в день - я начал утрачивать границы своего эго. К третьей неделе у меня начались галлюцинации, и я вообразил, что способен видеть сквозь стены и получать полный доступ к своим предыдущим и следующим жизням. Монахи отвезли меня в Бомбей, доктор-индус прописал мне антипсихотические препараты и позвонил моему брату, чтобы тот прилетел в Индию и забрал меня. Четыре недели я провел в больнице в Лос-Анжелесе. После того как меня выписали, я сразу же вернулся в Сан-Франциско

и на следующий день абсолютно случайно встретил на Юнион Сквер Тельму.

- Я все еще был в очень расстроенном состоянии сознания. Буддийские доктрины превратились в мой собственный бред, я верил, что нахожусь в состоянии единства с миром. Я был рад встретиться с Тельмой, - с тобой, Тельма, - он повернулся к ней. - Я был рад увидеть тебя. Это помогло мне почувствовать якорь спасения.

Мэтью повернулся ко мне и до конца рассказа больше не смотрел на Тельму.

- Я испытывал к Тельме только добрые чувства. Я чувствовал, что мы с ней - одно целое. Я хотел, чтобы она получила все, чего ей хочется в жизни. Больше того, я думал, что ее счастье - это и мое счастье. Наше счастье было одинаковым, ведь мы составляли одно целое. Я слишком буквально воспринял буддийскую доктрину мирового единства и отрицания эго. Я не знал, где кончается мое "я" и начинается другой. Я давал ей все, чего она хотела. Она хотела, чтобы я был близок с ней, хотела пойти ко мне домой, хотела секса - я готов был дать ей все в состоянии абсолютного единства и любви.

- Но она хотела все больше, а большего я дать ей уже не мог. Я стал более беспокойным. Через три или четыре недели мои галлюцинации вернулись, и мне пришлось снова лечь в больницу - на этот раз на шесть недель. Когда я узнал о попытке самоубийства Тельмы, я не знал, что делать. Это было катастрофой. Страшнее этого ничего не случилось в моей жизни. Это преследовало меня все восемь лет. Вначале я отвечал на ее звонки, но они не прекращались. Мой психиатр в конце концов посоветовал мне прекратить все контакты и сохранять полное молчание. Он сказал, что это необходимо для моего собственного психического здоровья, и был уверен, что так будет лучше и для Тельмы.

Пока я слушал Мэтью, у меня голова пошла кругом. Я разработал множество гипотез о причинах его поведения, но был абсолютно не готов к тому, что услышал.

Во-первых, правда ли то, что он говорит? Мэтью был симпатягой, вкрадчивым льстецом. Не разыгрывал ли он передо мной комедию? Нет, у меня не могло быть сомнений в искренности его описаний: его

слова содержали безошибочные приметы истины. Он открыто сообщал названия больниц и имена своих лечащих врачей, и, если бы мне захотелось, я мог бы им позвонить. К тому же Тельма, которой, как он заявил, он уже рассказывал это раньше, слушала очень внимательно и не допустила бы никаких искажений.

Я повернулся, чтобы посмотреть на Тельму, но она отвела глаза. После того как Мэтью закончил свой рассказ, она уставилась в окно. Возможно ли, что она знала все это с самого начала и скрыла от меня? Или она была так поглощена своими проблемами и своим горем, что все это время абсолютно не осознавала психического состояния Мэтью? Или она помнила об этом какое-то короткое время, а потом просто вытеснила знание, расхоронившееся с ее ложной картиной реальности?

Только Тельма могла сказать мне об этом. Но какая Тельма? Тельма, которая обманывала меня? Тельма, которая обманывала сама себя? Или Тельма, которая была жертвой этого самообмана? Я сомневался, что получу ответы на эти вопросы.

Однако в первую очередь мое внимание было сосредоточено на Мэтью. За последние несколько месяцев я выстроил его образ - или, вернее, несколько альтернативных образов: безответственного социопата Мэтью, который использовал своих пациентов; эмоционально тупого и сексуально неполноценного Мэтью, который отыгрывал свои личные конфликты (с женщинами вообще и с матерью в частности); ослепленного тщеславием молодого терапевта, который перепутал любовное отношение к пациенту с банальным романом.

Но реальный Мэтью не совпал ни с одним из этих образов. Он оказался кем-то другим, кем-то, кого я никак не ожидал встретить. Но кем? Я не был уверен. Добровольной жертвой? Раненым целителем, подобно Христу, пожертвовавшим собственной целостностью ради Тельмы? Конечно, я больше не относился к нему как к терапевту-преступнику: он был таким же пациентом, как и Тельма, к тому же (я не мог удержаться от этой мысли, глядя на Тельму, которая все еще смотрела в окно) работающим пациентом, таким, какие мне по душе.



Я помню, что испытал чувство дезориентации - так много моих мысленных конструкций разрушилось за несколько минут. Навсегда исчез образ Мэтью-социопата или терапевта-эксплуататора. Наоборот, меня стал мучить вопрос: кто кого использовал на самом деле в этих отношениях?

Это была вся информация, которую я получил (и, пожалуй, вся, какая мне требовалась). У меня осталось довольно смутное воспоминание об остатке сеанса. Я помню, что Мэтью призывал Тельму задавать побольше вопросов. Было похоже, что он тоже чувствовал, что только истина может освободить ее, что под напором правды рухнут ее иллюзии. И еще он, вероятно, понимал, что, только освободив Тельму, он сам сможет вздохнуть свободно. Я помню, что мы с Тельмой задавали много вопросов, на которые он давал исчерпывающие ответы. Четыре года назад от него ушла жена. У них стало слишком много расхождений во взглядах на религию, и она не приняла его обращения в одну из фундаменталистских христианских сект.

Нет, ни сейчас, ни когда-либо в прошлом он не был гомосексуалистом, хотя Тельма часто спрашивала его об этом. Только на минуту улыбка сошла с его лица и в голосе появился след раздражения ("Я повторяю тебе, Тельма, что нормальные люди тоже могут жить в Хейте").

Нет, он никогда не вступал в интимные отношения с другими пациентками. Фактически после своего психоза и случая с Тельмой он понял несколько лет назад, что психологические проблемы создают в его работе непреодолимые трудности, и бросил психотерапевтическую практику. Но, преданный идеям помощи людям, он несколько лет занимался тестированием, затем работал в лаборатории биологической обратной связи, а совсем недавно стал администратором в христианской медицинской организации.

Я сожалел о профессиональном выборе Мэтью, даже спросил, не собирается ли он снова вернуться к психотерапевтической практике - возможно, у него есть шанс стать уникальным в своем роде терапевтом. Но тут я заметил, что наше время почти истекло.

Я проверил, все ли мы обсудили. Я попросил Тельму заглянуть немного вперед и представить себе, что она будет чувствовать через

несколько часов. Не останутся ли у нее какие-либо незаданные вопросы?

К моему изумлению, она начала так сильно рыдать, что не могла справиться со своим дыханием. Слезы стекали на ее новое синее платье, пока Мэтью, опередив меня, не протянул ей пачку салфеток. Когда ее слезы утихли, удалось разобрать слова.

- Я не верю, просто не могу поверить, что Мэтью действительно беспокоится о том, что со мной происходит. - Ее слова были обращены не к Мэтью и не ко мне, а к какой-то точке между нами в комнате. С каким-то удовлетворением я отметил, что я не единственный, с кем она говорит в третьем лице.

Я попытался помочь Тельме успокоиться:

- Почему? Почему Вы ему не верите?

- Он говорит так, потому что должен. Это необходимо говорить. Только это он и может сказать.

Мэтью попытался сделать все, что в его силах, но говорить было тяжело, потому что Тельма плакала.

- Я говорю истинную правду. Все эти восемь лет я думал о тебе каждый день. Я беспокоюсь о том, что происходит с тобой. Я очень за тебя беспокоюсь.

- Но твое беспокойство - что оно означает? Я знаю, ты обо всех беспокоишься - о бедняках, о муравьях, о растениях, об экологических системах. Я не хочу быть одним из твоих муравьев!

Мы задержались на двадцать минут и были вынуждены остановиться, несмотря на то, что Тельма еще не взяла себя в руки. Я назначил ей встречу на следующий день - не только чтобы поддержать ее, но и чтобы увидеться с ней, пока детали этого сеанса были еще свежи в памяти.

Мы пожали друг другу руки и расстались. Через несколько минут, когда я пошел выпить кофе, я заметил, что Тельма и Мэтью непринужденно болтали в коридоре. Он пытался что-то втолковать ей, но она смотрела в другую сторону. Через некоторое время я видел, как они удалялись в противоположных направлениях.

На следующий день Тельма еще не оправилась и была исключительно неуравновешенна в течение всего сеанса. Она часто плакала, а временами впадала в ярость. Во-первых, она жаловалась,

что у Мэтью было плохое мнение о ней. Тельма так и сяк поворачивала фразу Мэтью о том, что он беспокоится о ней, что в конце концов она стала звучать как издевательство. Она обвиняла его в том, что он не назвал ни одного ее положительного качества, и убедила себя, что он относится к ней "недружелюбно". Кроме того, она была убеждена, что из-за моего присутствия он разговаривал с ней покровительственным псевдотерапевтическим тоном. Тельма часто перескакивала с одного на другое и металась между воспоминаниями о предыдущем сеансе и своей реакцией на него.

- Я чувствую себя так, будто мне ампутировали что-то. Отрезали что-то у меня. Несмотря на безукоризненную этику Мэтью, думаю, я честнее его. Особенно в отношении того, кто кого соблазнил.

Тельма не стала договаривать, а я не настаивал на объяснениях. Хотя меня и интересовало, что произошло "на самом деле", ее упоминание об "ампутации" взволновало меня еще больше.

- У меня больше не было фантазий о Мэтью, - продолжала она. - У меня вообще больше нет фантазий. Но я хочу их. Я хочу погрузиться в какую-нибудь теплую, уютную фантазию. Снаружи холодно и пусто. Больше ничего нет.

Как дрейфующая лодка, отвязавшаяся от причала, подумал я. Но лодка, умеющая чувствовать и безнадежно ищущая пристань - любую пристань. Сейчас, между приступами навязчивости, Тельма пребывала в редком для нее состоянии свободного парения. Это был как раз тот момент, которого я ждал. Такие состояния длятся недолго: беспредметная навязчивость, как свободный кислород, быстро соединяется с каким-нибудь образом или идеей. Этот момент, этот короткий интервал между приступами навязчивости, был решающим временем для нашей работы - прежде чем Тельма успеет восстановить равновесие, зациклившись на какой-то новой идее. Скорее всего, она реконструирует встречу с Мэтью таким образом, чтобы ее образ происходящего вновь подтвердил ее любовные фантазии.

Мне казалось, что наступил серьезный перелом: хирургическая операция была завершена, и моя задача заключалась теперь в том, чтобы не дать ей сохранить ампутированную часть и побыстрее наложить швы. Скоро мне предоставилась такая возможность.

Тельма продолжала оплакивать свою потерю:

- Мои предчувствия оказались верными. У меня больше нет надежды, я никогда не получу удовлетворения. Я могла жить, имея этот ничтожный шанс. Я жила с ним долгое время.

- Какого удовлетворения, Тельма? Ничтожный шанс на что?

- На что? На те двадцать семь дней. До вчерашнего дня еще был шанс, что мы с Мэтью сможем вернуть то время. Ведь все это было наяву, чувства были подлинными, настоящую любовь ни с чем не спутаешь. Пока мы с Мэтью живы, всегда оставался шанс вернуть то время. До вчерашнего дня. До нашей встречи в Вашем кабинете.

Оставалось разрубить последние нити, на которых держалась иллюзия. Я почти разрушил навязчивость. Наступило время завершить работу.

- Тельма, то, что я должен сказать, неприятно, но необходимо. Позвольте мне выразаться прямо. Если между двумя людьми когда-то было одинаковое чувство, я могу понять, что у них есть шанс, пока они живы, вернуть это чувство. Это сложная задача - в конце концов, люди меняются, и чувства никогда не застывают в неизменности, - но все же, я полагаю, это в пределах возможного. Они могли бы больше общаться, попытаться достичь более искренних и глубоких отношений и приблизиться к тому, что было раньше, поскольку абсолютная любовь недостижима.

Но, предположим, что они никогда не испытывали одинаковых чувств. Предположим, что переживания этих людей были совершенно разными. И предположим, что один из этих людей ошибочно думает, что их опыт совпадает.

Тельма смотрела на меня не отрываясь. Я был уверен, что она прекрасно меня поняла. Я продолжал:

- Именно это я услышал на предыдущем сеансе от Мэтью. Его и Ваши переживания были совершенно различны. Поймите, что вы не можете помочь друг другу восстановить определенное психическое состояние, в котором вы тогда находились, потому что оно не было одинаковым.

Он чувствовал одно, а Вы - другое. У него был психоз. Он не знал, где проходят границы его "я" - где кончается он и начинается Вы. Он хотел, чтобы Вы были счастливы, потому что думал, будто составляет

одно целое с Вами. Он не мог испытывать любовь, потому что не знал, кто он на самом деле. Ваши переживания были совершенно иными. Вы не можете воссоздать свою романтическую любовь, состояние страстной влюбленности друг в друга, потому что ее никогда не было.

Не думаю, что мне приходилось когда-либо говорить более жестокие вещи, но, чтобы до нее дошло, я должен был выражаться как можно определеннее, чтобы мои слова нельзя было исказить или забыть.

Я не сомневался, что мои слова ее задели. Тельма перестала плакать и сидела молча и неподвижно. Через несколько минут я нарушил тяжелое молчание:

- Что Вы чувствуете теперь, Тельма?

- Я больше не в состоянии ничего чувствовать. Больше нечего чувствовать. Мне остается только как-то доживать свои дни. Я словно онемела.

- Восемь лет Вы жили и чувствовали определенным образом, а сейчас внезапно за двадцать четыре часа все это отняли у Вас. Ближайшие несколько дней Вам будет не по себе. Вы будете чувствовать себя потерянной. Как могло бы быть иначе?

Я сказал так, потому что часто лучший способ избежать пагубных последствий - это предупредить о них. Другой способ состоит в том, чтобы помочь пациенту отстроиться от своих чувств и занять позицию наблюдателя. Поэтому я добавил:

- На этой неделе очень важно наблюдать и фиксировать Ваше внутреннее состояние. Я хотел бы, чтобы Вы проверяли свое состояние каждые четыре часа в дневное время и записывали свои наблюдения. На следующей неделе мы их обсудим.

Но на следующей неделе Тельма впервые пропустила назначенное время. Ее муж позвонил, чтобы извиниться за жену, которая проспала, и мы договорились встретиться через два дня.

Когда я вышел в приемную, чтобы поздороваться с Тельмой, меня испугал ее вид. Она опять была в своем зеленом спортивном костюме и, очевидно, не причесывалась и не делала никаких попыток привести себя в порядок. Кроме того, ее впервые сопровождал муж, Гарри, высокий седой мужчина с большим мясистым носом, который сидел, сжимая в каждой руке по эспандеру. Я вспомнил слова Тельмы

о том, что во время войны он был инструктором по рукопашному бою. Я вполне мог себе представить, что он в состоянии задушить человека.

Мне показалось странным, что Гарри пришел вместе с ней. Несмотря на свой возраст, Тельма физически чувствовала себя удовлетворительно и всегда приезжала в мой офис самостоятельно. Мое любопытство еще больше возросло, когда она предупредила, что Гарри хочет со мной поговорить. Я виделся с ним до этого всего один раз: на третий или четвертый сеанс я пригласил их вместе на пятнадцатиминутную беседу - главным образом, чтобы посмотреть, что он за человек, и расспросить о его отношении к их браку. Раньше он никогда не просил о встрече со мной. Очевидно, дело было важное. Я согласился уделить ему последние десять минут из сеанса с Тельмой, а также предупредил, что оставляю за собой право рассказать ей все о нашем разговоре.

Тельма выглядела измученной. Она тяжело опустилась на стул и заговорила медленно, тихо и обреченно:

- Эта неделя была кошмаром. Суций ад! Полагаю, моя навязчивость прошла или почти прошла. Я думала о Мэтью уже не девяносто, а менее двадцати процентов времени, и даже эти двадцать процентов отличались от обычных.

Но что я делала вместо этого? Ничего. Абсолютно ничего. Все, что я делаю, - это сплю или сижу и вздыхаю. Все мои слезы высохли. Я больше не могу плакать. Гарри, который почти никогда не критикует меня, сказал вчера, когда я ковыряла вилкой свой обед, - я почти ничего не ела всю неделю: "Ну что ты опять киснешь?"

- Как Вы объясняете то, что с Вами происходит?

- Я как бы побывала на ярком волшебном шоу, а теперь вернулась домой. И здесь все так серо и мрачно.

Я забеспокоился. Раньше Тельма никогда не говорила метафорами. Это были как бы чьи-то чужие слова.

- Расскажите еще немного о том, что Вы чувствуете.

- Я чувствую себя старой, по-настоящему старой. Впервые я поняла, что мне семьдесят лет - семерка и ноль, - я старше, чем девяносто девять процентов людей вокруг. Я чувствую себя как

зомби, мое горючее кончилось, моя жизнь пуста, смертельно пуста. Мне осталось только доживать свои дни.

Сначала она говорила быстро, но к концу фразы ее интонация замедлилась. Потом она повернулась и посмотрела мне прямо в глаза. Это само по себе было необычно, она редко смотрела прямо на меня. Возможно, я ошибался, но мне показалось, что ее глаза говорили: "Ну что, теперь Вы довольны?" Но я воздержался от комментариев.

- Все это было следствием нашего сеанса с Мэтью. Что из случившегося так подействовало на Вас?

- Какой я была дурой, что защищала его все эти восемь лет! Гнев оживил Тельму. Она переложила на стол свою сумку, лежавшую у нее на коленях, и заговорила с большой силой:

- Какую награду я получила? Я Вам скажу. Удар в зубы! Если бы я все годы не скрывала это от моих терапевтов, возможно, карты выпали бы иначе.

- Я не понимаю. Какой удар в зубы?

- Вы здесь были. Вы все видели. Вы видели его бессердечие. Он не сказал мне ни "здравствуй", ни "до свидания". Он не ответил на мои вопросы. Ну что ему стоило? Он так и не сказал, почему он порвал со мной!

Я попытался описать ей ситуацию так, как она представлялась мне. Сказал, что, на мой взгляд, Мэтью тепло относился к ней и подробно, с болезненными для него деталями, объяснил, почему он порвал с ней. Но Тельма разошлась и уже не слушала моих объяснений.

- Он дал ясно понять лишь одно - Мэтью Дженнингсу надоела Тельма Хилтон. Скажите мне: какой самый верный способ довести бывшую любовницу до самоубийства? Внезапный разрыв без всяких объяснений. А это именно то, что он сделал со мной!

- В одной из своих фантазий вчера я представила себе, как Мэтью восемь лет назад хвастался одному из своих друзей (и побился об заклад), что сможет, используя свои психиатрические знания, сначала соблазнить, а потом полностью разрушить меня за двадцать семь дней!

Тельма наклонилась, открыла свою сумку и достала газетную вырезку об убийстве. Она дала мне пару минут, чтобы прочесть ее. Красным карандашом был подчеркнут абзац, где говорилось, что самоубийцы на самом деле являются вдвойне убийцами.

- Я нашла это во вчерашней газете. Может, это относится и ко мне? Может быть, когда я пыталась покончить с собой, я на самом деле пыталась убить Мэтью? Знаете, я чувствую, что это правда. Чувствую здесь. - Она указала на свое сердце. - Раньше мне никогда не приходило это в голову!

Я изо всех сил старался сохранить самообладание. Естественно, я был обеспокоен ее депрессией. И она, безусловно, была в отчаянии. А как же иначе? Только глубочайшее отчаяние могло поддерживать такую стойкую и сильную иллюзию, которая длилась восемь лет. И, развеяв эту иллюзию, я должен был быть готов столкнуться с отчаянием, которое она прикрывала. Так что страдание Тельмы, как бы тяжело оно ни было, служило хорошим знаком, указывая, что мы на верном пути. Все шло хорошо. Подготовка, наконец, была завершена, и теперь могла начаться настоящая терапия.

Фактически она уже началась! Невероятные вспышки Тельмы, ее внезапные взрывы гнева по отношению к Мэтью указывали на то, что старые защиты больше не срабатывают. Она находилась в подвижном состоянии. В каждом пациенте, страдающем навязчивостью, скрыта подавленная ярость, и ее появление у Тельмы не застигло меня врасплох. В целом я рассматривал ее ярость, несмотря на ее иррациональные компоненты, как большой скачок вперед.

Я был так поглощен этими мыслями и планами нашей предстоящей работы, что пропустил начало следующей фразы Тельмы, но зато конец предложения я расслышал даже слишком хорошо:

- ...и поэтому я вынуждена прекратить терапию! Я взорвался в ответ:

- Тельма, да как Вы можете даже думать об этом? Трудно придумать более неудачное время для прекращения терапии. Только теперь появился шанс достичь каких-то реальных успехов.



- Я больше не хочу лечиться. Я была пациенткой двадцать лет и устала от того, что все видят во мне пациентку. Мэтью воспринимал меня как пациентку, а не как друга. Вы тоже относитесь ко мне как к пациентке. Я хочу быть как все.

Я не помню точно, что говорил дальше. Помню только, что выдвигал всевозможные возражения и использовал все свое давление, чтобы заставить ее отказаться от этого решения. Я напомнил ей о нашей договоренности насчет шести месяцев, до окончания которых оставалось пять недель.

Но она возразила:

- Даже Вы согласитесь, что наступает время, когда нужно подумать о самосохранении. Еще немного такого "лечения", и я просто не выдержу. - И добавила с горькой улыбкой: - Еще одна доза лекарства убьет пациента.

Все мои аргументы разбивались точно так же. Я уверял ее, что мы достигли подлинного успеха. Я напомнил ей, что она с самого начала пришла ко мне, чтобы избавиться от своей психической зависимости, и что мы многого добились в этом направлении. Теперь наступило время обратиться к чувствам пустоты и бессмысленности, скрывавшимся за ее навязчивостью.

Возражения Тельмы сводились фактически к тому, что ее потери слишком велики - больше, чем она может пережить. Она потеряла надежду на будущее (под этим она понимала свой "ничтожный шанс" на примирение); она потеряла лучшие двадцать семь дней своей жизни (если, как я уверял ее, любовь не была "настоящей", то она потеряла воспоминания о "высших минутах ее жизни"); и, наконец, она потеряла восемь лет непрерывной жертвы (если она защищала иллюзию, то ее жертва была бессмысленной).

Слова Тельмы были так убедительны! Я не нашелся, что ей возразить, и смог лишь признать ее утраты и сказать, что она должна у многое оплакать и что я хотел бы быть рядом, чтобы поддержать и - помочь ей. Я также попытался объяснить, что ее разочарование слишком велико, чтобы справиться с ним сразу, но что мы можем сделать многое для того, чтобы предотвратить новые разочарования. Возьмем, к примеру, то решение, которое она принимает в данный

момент: не будет ли она - через месяц, через год - глубоко сожалеть о прекращении лечения?

Тельма ответила, что хотя я, может быть, и прав, она твердо решила прекратить терапию. Она сравнила наш сеанс в присутствии Мэтью с визитом к онкологу по поводу подозрения на рак.

- Вы очень волнуетесь, боитесь и откладываете визит со дня на день. Наконец, врач подтверждает, что у вас рак, и все ваши волнения, связанные с неизвестностью, заканчиваются - но с чем же вы остаетесь?

Когда я попытался привести в порядок свои чувства, то понял, что моей первой реакцией на решение Тельмы было: "Как ты можешь так поступить со мной?" Хотя моя обида, несомненно, была следствием моего собственного разочарования, я также был уверен, что это реакция на чувства Тельмы ко мне. Я был виновником всех ее утрат. Именно мне пришла в голову идея встретиться с Мэтью, и именно я отнял у нее все иллюзии. Я был разрушителем иллюзий. Я понял, наконец, что выполнял неблагодарную работу. Само слово "разрушение", несущее в себе сильный негативный оттенок, должно было насторожить меня. Мне вспомнился "The Iceman Cometh" О'Нила и судьба Хайке, разрушителя иллюзий. Те, кого он пытался вернуть к реальности, в конце концов восстали против него и вернулись к иллюзорной жизни.

Я вспомнил сделанное несколько недель назад открытие, что Тельма прекрасно знала, как наказать Мэтью, и не нуждалась в моей помощи. Думаю, ее попытка покончить с собой действительно была попыткой убийства, и теперь я полагал, что ее решение прекратить терапию тоже было формой двойного убийства. Она считала прекращение лечения ударом для меня - и была права! Она прекрасно понимала, как важно было для меня добиться успеха, удовлетворить свое интеллектуальное честолюбие, довести все до конца.

Ее месть была направлена на фрустрацию всех этих целей. Неважно, что катастрофа, которую Тельма приготовила для меня, поглотит и ее: фактически ее садомазохистские тенденции проявлялись настолько явно, что ее не могла не привлекать идея

двойной жертвы. Я усмехнулся про себя, поняв, что думаю о ней на профессиональном жаргоне. Стало быть, я и правда зол на нее.

Я попытался обсудить это с Тельмой.

- Я чувствую, что Вы злитесь на Мэтью, и спрашиваю себя, не обиделись ли Вы также и на меня. Было бы вполне естественно, если бы Вы сердились - и очень сильно сердились - на меня. В конце концов, Вы должны чувствовать, что в каком-то смысле именно я довел Вас до этого состояния. Это мне пришла в голову идея пригласить Мэтью и задать ему те вопросы, которые Вы задали. - Мне показалось, она кивнула.

- Если это так, Тельма, то разве существует более подходящий случай разобраться с этим, чем здесь и сейчас, во время терапии? Тельма еще энергичнее покачала головой.

- Мой рассудок говорит мне, что Вы правы. Но иногда вам просто приходится делать то, что вы должны делать. Я обещала себе, что больше не буду пациенткой, и я собираюсь выполнить свое обещание.

Я сдался. Это была скала. Наше время давно истекло, а мне нужно было еще поговорить с Гарри, которому я обещал десять минут. Прежде чем расстаться, я взял с Тельмы несколько обязательств: она обещала еще раз подумать о своем решении и встретиться со мной через три недели, а также завершить свою исследовательскую программу и встретиться через шесть месяцев с психологом для проведения повторного тестирования. У меня осталось впечатление, что, хотя она, возможно, и выполнит свое обязательство перед исследованием, мало шансов на то, что она возобновит терапию.

Одержав свою пиррову победу, она смогла позволить себе немного великодушия и, покидая мой кабинет, поблагодарила меня за усилия и заверила, что если она когда-либо решится возобновить терапию, я буду первым, к кому она обратится.

Я проводил Тельму в приемную, а Гарри - в свой кабинет. Он был прям и краток:

- Я знаю, что значит оказаться в цейтноте, док, - я тридцать лет в армии - и понимаю, что Вы выбились из графика. Это значит, у Вас на целый день нарушено расписание, правда?

Я кивнул, но заверил его, что у меня хватит времени поговорить с ним.

- Хорошо, я не задержу Вас надолго. Я - не Тельма. Я не хожу вокруг да около. Я перейду прямо к делу. Верните мне мою жену, доктор, прежнюю Тельму, - такую, какой она всегда была.

Тон Гарри был скорее умоляющим, чем угрожающим. Но я все равно не мог заставить себя сосредоточиться и не смотреть на его огромные руки - руки убийцы. Он продолжал описывать ухудшение состояния Тельмы с тех пор, как она начала работать со мной, и теперь в его голосе звучал упрек. Выслушав, я попытался успокоить его, заявив, что длительная депрессия так же тяжела для семьи, как и для пациента. Пропустив мое замечание мимо ушей, он ответил, что Тельма всегда была хорошей женой и, возможно, ее симптомы обострились из-за его частых отлучек и долгих поездок. Наконец, когда я сообщил ему о решении Тельмы прекратить терапию, он почувствовал облегчение и остался доволен: он уже несколько недель уговаривал ее сделать это.

После ухода Гарри я сидел усталый, разбитый и злой. Боже, ну и парочка! Избавь меня от них обоих! Какая ирония во всем этом. Старый кретин хочет вернуть "свою прежнюю Тельму". Неужели он так "рассеян", что даже не заметил, что у него никогда не было "прежней Тельмы"? Прежняя Тельма отсутствовала последние восемь лет, целиком погрузившись в фантазии о любви, которой никогда не было. Гарри не меньше, чем Тельма, жаждал погрузиться в иллюзию. Сервантес спрашивал: "Что предпочесть: мудрость безумия или тупость здравого смысла?" Что касается Тельмы и Гарри, было ясно, какой выбор они сделали.

Но проклятия в адрес Тельмы и Гарри и жалобы на слабость человеческого духа - этого хилого существа, не способного жить без иллюзий, сладких снов, лжи и самообмана - были плохим утешением. Настало время взглянуть правде в глаза: я, без сомнения, загубил все дело и не должен сваливать вину ни на пациентку, ни на ее мужа, ни на человеческую природу.

Несколько дней я проклинал себя и сожалел о Тельме. Вначале меня беспокоила мысль о ее возможном самоубийстве, но в конце

концов я успокоил себя тем, что ее гнев слишком явно направлен вовне, и вряд ли она повернет его против себя.

Чтобы справиться с самообвинением, я попытался убедить себя, что применял верную терапевтическую стратегию: Тельма действительно находилась в крайне тяжелом состоянии, когда обратилась ко мне, и было совершенно необходимо сделать что-то. Хотя она и теперь не в лучшей форме, вряд ли ее состояние хуже, чем вначале. Кто знает, может быть, ей даже лучше, может быть, мне удалось разрушить ее иллюзии, и ей необходимо побыть в одиночестве, чтобы залечить свои раны до того, как продолжать какую-либо терапию? Я пытался применять более консервативный подход в течение четырех месяцев и был вынужден прибегнуть к радикальному вмешательству только тогда, когда стало очевидно, что другого выхода нет.

Но все это был самообман. Я знал, что у меня есть причина чувствовать себя виноватым. Я опять стал жертвой самонадеянной уверенности, что могу вылечить любого. Сбитый с толку своей гордыней и любопытством, я с самого начала упустил из виду двадцатилетнее подтверждение того, что Тельма - не лучший кандидат для психотерапии, и подверг ее болезненной процедуре, которая, если рассуждать здраво, имела мало шансов на успех. Я разрушил защиты, а взамен ничего не построил.

Возможно, Тельма была права, защищаясь от меня. Возможно, она была права, когда говорила, что "еще одна доза лекарства убьет пациента". В общем, я заслужил обвинения Тельмы и Гарри. К тому же, я подставил себя под удар и в профессиональном плане. Описывая этот случай на учебном семинаре пару недель назад, я вызвал большой интерес. Теперь я дрожал, представляя себе вопросы коллег и студентов на ближайшем семинаре: "Расскажите дальше. Как развивались события?"

Как я и подозревал, Тельма не явилась в назначенный час через три недели. Я позвонил ей, и у нас состоялся короткий, но примечательный разговор. Хотя она была непреклонна в своем решении навсегда оставить роль пациентки, я ощутил в ее голосе гораздо меньше враждебности. Она не просто против терапии, поделилась Тельма, просто терапия ей больше не нужна: она

чувствует себя намного лучше, безусловно, гораздо лучше, чем три недели назад! Вчерашняя встреча с Мэтью, - неожиданно произнесла она, - необычайно помогла ей.

- Что? С Мэтью? Как это произошло? - воскликнул я.

- О, мы с ним прекрасно поболтали в кафе. Мы договорились встречаться и беседовать друг с другом примерно раз в месяц.

Я сгорал от любопытства и стал ее расспрашивать. Во-первых, она ответила заносчиво: "Я же все время твердила Вам, что это единственное, что мне требуется". Во-вторых, она просто дала мне понять, что я больше не вправе интересоваться ее личной жизнью. В конце концов я понял, что из нее больше ничего не вытянуть, и попрощался. Я произнес обычные ритуальные фразы о том, что если она когда-нибудь передумает, то я к ее услугам. Но, очевидно, у нее больше никогда не возникало желания лечиться, и я больше никогда о ней не слышал.

Шесть месяцев спустя группа исследователей побеседовала с Тельмой и провела повторное тестирование. Когда окончательный отчет был готов, я заглянул в описание случая Тельмы Хилтон.

Там коротко говорилось о том, что Т.Х., 70-летняя замужняя женщина южного происхождения, в результате пятимесячного курса терапии с периодичностью один раз в неделю существенно улучшила свое состояние. Фактически из двадцати восьми пожилых испытуемых, занятых в исследовании, она достигла наилучшего результата.

Ее депрессия существенно снизилась. Суицидальные наклонности, чрезвычайно сильные вначале, уменьшились настолько, что ее можно исключить из группы риска. Наблюдается улучшение самооценки и соответствующее снижение нескольких других показателей: тревожности, ипохондрии, психопатии и навязчивости.

Исследовательской группе не удалось точно установить, какого рода терапия дала столь впечатляющие результаты, потому что пациентка по непонятным причинам отказалась сообщить что-либо о подробностях терапии. Очевидно, терапевт с успехом использовал прагматический подход и симптоматическое лечение, направленное

на облегчение текущего состояния, а не на глубокие личностные изменения.

Кроме того, был эффективно применен системный подход (к терапевтическому процессу привлекались муж пациентки и ее старый друг, с которым она долгое время не виделась).

Редкостная чепуха! Как бы то ни было, все это меня немного успокоило.

## **2. "Если бы насилие было разрешено..."**

- Ваш пациент - тупая скотина, я ему так и сказала на прошлой группе, именно этими словами, - Сара, молодой психиатр-стажер, сделала паузу и свирепо посмотрела на меня, ожидая критики.

Очевидно, произошло нечто необычное. Не каждый день ко мне в кабинет является практикантка и сообщает без тени смущения - в самом деле, она выглядела гордой и вызывающей, - что оскорбила одного из моих пациентов. Тем более пациента с прогрессирующим раком.

- Сара, не могли бы Вы сесть и рассказать мне об этом? У меня есть несколько минут до прихода следующего пациента. Стараясь сохранять самообладание, Сара начала:

- Карлос - самый низкий и грязный человек, какого я когда-либо встречала!

- Но Вы ведь знаете, что моим любимцем он тоже не является. Я предупреждал Вас об этом, когда направлял его к Вам. - Я занимался индивидуальным лечением Карлоса около шести месяцев и несколько недель назад направил его к Саре в ее терапевтическую группу. - Но продолжайте. Простите, что перебил.

- Ну, понимаете, он совершенно невыносим - обнюхивает женщин, как будто он кобель, а они - течные суки, и игнорирует все остальное, что происходит в группе. Вчера вечером Марта, очень хрупкая молодая женщина в пограничном состоянии, которая почти все время молчит, начала рассказывать о том, как ее в прошлом году изнасиловали. Я не думаю, что она раньше делилась этим с кем-либо, во всяком случае - не с группой. Она была так испугана, так горько

рыдала, так страдала, рассказывая об этом, - все это было невероятно тяжело. Все старались помочь ей говорить, и уж не знаю, правильно или нет, но я решила, что Марте поможет, если я расскажу, что меня тоже изнасиловали три года назад...

- Я не знал этого, Сара.

- И никто не знал!

Сара остановилась и вытерла глаза. Я видел, что ей трудно говорить мне об этом, но не знал, что ранило ее больше всего: рассказ об изнасиловании или о том, как она опрометчиво открылась перед группой. (То, что я был ее инструктором по групповой терапии, должно было еще больше все усложнять.) Или ее больше всего мучило то, что она только собиралась мне рассказать? Я решил сохранять нейтральность.

- А потом?

- Ну, а потом в игру вступил Ваш Карлос.

"Мой Карлос? Что за нелепость!" - подумал я. Как будто он мой ребенок и я несу за него ответственность. (Однако это правда, что я уговорил Сару включить его в группу: она была против того, чтобы принимать ракового больного. Но правда также и то, что ее группа уменьшилась до пяти человек, и ей нужны были новые пациенты.) Я никогда не видел Сару столь непоследовательной и столь вызывающей. Я боялся, что потом ей будет неловко, и не хотел усугублять этого своей критикой.

- Что он сделал?

- Он задавал Марте много фактических вопросов - когда, где, кто, что. Вначале это помогло ей говорить, но когда я начала рассказывать о том, что произошло со мной, он забыл о Марте и переключился на меня. Затем он начал расспрашивать нас обеих о более интимных подробностях. Разорвал ли насильник нашу одежду? Эякулировал ли он в нас? Был ли момент, когда это начало нам нравиться? Все это произошло так незаметно, что группа не сразу сообразила, к чему он клонит. Ему было наплевать и на Марту, и на меня, он просто получал сексуальное удовольствие. Я знаю, что должна испытывать к нему больше сочувствия - но он просто свинья!

- Чем все это кончилось?



- Ну, группа, наконец, опомнилась и дала отпор его хамству, но он нисколько не раскаялся. Фактически он стал еще агрессивнее и обвинил Марту и меня (и вообще всех жертв насилия), что мы придаем этому слишком большое значение. "Подумаешь, экая важность!" - заявил он и добавил, что лично он ничего не имеет против того, чтобы какая-нибудь симпатичная женщина его изнасиловала. Его прощальным выпадом в адрес группы были слова о том, что он согласен быть изнасилованным любой из присутствующих женщин. Вот тогда я и сказала: "Если ты так считаешь - ты грязный ублюдок!"

- Я думал, Ваша терапевтическая интервенция состояла в том, чтобы назвать его тупой скотиной. - Это снизило напряжение Сары, и мы оба улыбнулись.

- И это тоже! Я в самом деле потеряла самообладание. Я подыскивал слова ободрения и поддержки, но они получились более назидательными, чем мне хотелось.

- Помните, Сара, часто экстремальные ситуации, подобные этой, становятся важными поворотными точками, если они тщательно проработаны. Все происходящее - это материал для терапевтической работы. Давайте попробуем превратить это в поучительный опыт для него. Я встречаюсь с ним завтра и постараюсь поработать над этим. Но я хочу, чтобы Вы тоже о себе позаботились. Если Вы хотите с кем-то поговорить - я к Вашим услугам сегодня вечером или в любое время на этой неделе.

Сара поблагодарила меня и сказала, что ей нужно об этом подумать. После ее ухода я подумал, что даже если она решит поговорить о своих проблемах с кем-то другим, я все-таки попытаюсь встретиться с ней позже, когда она успокоится, чтобы посмотреть, нельзя ли извлечь из всего этого какой-нибудь поучительный опыт и для нее. Ей пришлось пройти через ужасное испытание, и я сочувствовал ей, но мне казалось, что с ее стороны было ошибкой пытаться заодно с другими получить поддержку группы и для себя. Я полагал, что ей следовало бы сначала проработать эту проблему в своей индивидуальной терапии, а потом - если бы она все-таки захотела поделиться этим с группой (это еще вопрос!) - было бы

лучше, если бы она обратила это обсуждение на пользу всех заинтересованных сторон.

Затем вошла моя следующая пациентка, и я переключил внимание на нее. Но я не мог перестать думать о Карлосе и спрашивал себя, как мне следует вести себя с ним на следующем сеансе. Не было ничего необычного в том, что он непроизвольно занимал мои мысли. Он был необычным пациентом, и с самого начала моей работы с ним - это было несколько месяцев назад - я думал о нем гораздо больше тех двух часов в неделю, которые мы проводили вместе.

"Карлос - это кошка, у которой девять жизней, но сейчас, похоже, его девятая жизнь заканчивается". Это были первые слова, сказанные мне онкологом, направившим его на психиатрическое лечение. Он объяснил, что у Карлоса редкая, медленно развивающаяся лимфома, которая создает проблемы не столько из-за своей злокачественности, сколько просто из-за своей величины. В течение девяти лет опухоль хорошо реагировала на лечение, но теперь поразила легкие и подбирается к сердцу. Его доктора исчерпали свои возможности: они давали ему максимальные дозы облучения и перепробовали весь набор химиотерапевтических препаратов. Они спрашивали у меня, насколько откровенными они могут быть с Карлосом. Казалось, он их не слушал. Они не знали, готов ли он быть искренним с самим собой. Чувствовалось, что он становится все более подавленным и, кажется, ему не к кому обратиться за поддержкой.

Карлос действительно был одинок. Не считая семнадцатилетних сына и дочери - дизиготных близнецов, живущих с его бывшей женой в Южной Америке, Карлос в свои тридцать девять лет оказался фактически один-одинешенек в мире. Единственный ребенок в семье, он вырос в Аргентине. Его мать умерла во время родов, а двадцать лет назад его отец скончался от того же типа лимфомы, которая теперь убивала Карлоса. У него никогда не было друзей. "Кому они нужны? - однажды сказал он мне. - Я ни разу не встречал ни одного, кто не был бы готов зарезать тебя за доллар, работу или за бабу". Он был женат очень недолго и не имел других серьезных отношений с женщинами. "Надо быть идиотом, чтобы спать с одной

женщиной больше одного раза!" Цель его жизни, сказал он без тени смущения, - в том, чтобы перепробовать как можно больше разных женщин.

Нет, при нашей первой встрече Карлос вызвал во мне не слишком много симпатии - как своим характером, так и своим внешним видом. Он был изможденным, тощим (со вздувшимися, хорошо видимыми лимфатическими узлами под локтями, на шее и за ушами) и абсолютно лысым в результате химиотерапии. Его преувеличенные косметические усилия - широкополая шляпа, подкрашенные брови и шарф, чтобы скрыть опухоль на шее, - только привлекали лишнее внимание к его внешности.

Разумеется, он был подавлен - имея на то достаточно оснований - и с горечью говорил о своем десятилетнем испытании раком. Лимфома, говорил он, постепенно убивает его. Она уже убила большую часть его личности - его энергию, силу и свободу (он был вынужден жить рядом со Стэнфордским госпиталем, в постоянном разрыве со своей культурой).

Самое главное, что она убила его социальную жизнь, под которой Карлос понимал прежде всего жизнь сексуальную: когда он проходил химиотерапию, он был импотентом; когда курс химиотерапии заканчивался и в нем снова начинали бродить сексуальные соки, Карлос не мог встречаться с женщинами, потому что был лысым. Даже когда через несколько недель после химиотерапии волосы отрасли, ему опять не везло: ни одна проститутка не решалась переспать с ним, думая, что его увеличенные лимфатические узлы - признак СПИДа. Его сексуальная жизнь сводилась теперь к мастурбации во время просмотра взятых напрокат порнографических видеозаписей.

Да, это правда, - согласился он, когда я осторожно завел разговор о его одиночестве, - но это создает проблемы только в те периоды, когда он слишком слаб, чтобы заботиться о себе. Сама мысль о том, что можно находить удовольствие в близких (не сексуальных) отношениях, казалось, была ему совершенно чуждой. Единственным исключением были его дети, и когда Карлос говорил о них, в его словах прорывалось подлинное чувство - чувство, которое было мне знакомо и понятно. Меня тронуло, когда я увидел, как сотрясало от

рыданий его хилое тело, когда он говорил о своем страхе, что и они в конце концов покинут его: что их матери удастся, наконец, настроить их против него, или их отпугнет его болезнь, или они отвернутся от него.

- Чем я могу помочь Вам, Карлос?

- Если Вы хотите помочь мне, научите меня ненавидеть броненосцев!

Минуту Карлос наслаждался моим замешательством, а затем объяснил, что работает со зрительными образами - форма самоисцеления, которую пытаются использовать многие раковые больные. Его визуальными образами новой формы химиотерапии (которую его онкологи называли ВР) были огромные В и Р - медведи (Bears) и свиньи (Pigs); образами его злокачественных лимфатических узлов были покрытые костным панцирем броненосцы. Таким образом, в своих медитациях он представлял себе, как медведи и свиньи борются с броненосцами. Проблема заключалась в том, что ему не удавалось сделать своих медведей и свиней настолько злыми, чтобы они смогли растерзать и уничтожить броненосцев.

Несмотря на его малодушие и ужас перед раком, Карлос меня чем-то привлекал. Возможно, моя симпатия была вызвана чувством облегчения от того, что не я, а он умирает от рака. Возможно, меня привлекала его любовь к детям или трогательная манера пожимать мою руку сразу двумя своими, когда он прощался со мной в кабинете. Возможно, тронула его чудаковатая просьба: "Научите меня ненавидеть броненосцев".

Поэтому, размышляя над тем, смогу ли я лечить его, я мысленно отметал все возможные препятствия и убеждал себя в том, что он не столько злобно антисоциален, сколько десоциализирован, и что многие его пагубные убеждения и неприятные черты нестойки и поддаются модификации. Я не продумал свое решение до конца, и даже после того, как решил принять его в качестве пациента, не вполне ясно представлял реальные терапевтические цели. Должен ли я был просто поддерживать его во время химиотерапии? (Как и многие пациенты, во время химиотерапии Карлос становился крайне слабым и беспомощным.) Или, когда наступит терминальная стадия, я должен оставаться с ним до самой смерти? Должен ли я ограничиться

только присутствием и поддержкой? (Возможно, этого было бы достаточно. Видит Бог, ему больше совсем не с кем поговорить!) Конечно, изоляция - его собственных рук дело, но должен ли я пытаться помочь ему понять это и изменить? Сейчас? Перед лицом смерти все эти соображения казались несущественными. Или нет? Возможно ли было, чтобы Карлос достиг чего-то более "серьезного" в процессе терапии? Нет, нет и нет! Какой смысл говорить о "серьезном" лечении человека, вся дальнейшая жизнь которого измеряется в лучшем случае месяцами? Захочет ли кто-нибудь и, в первую очередь, я сам вкладывать время и силы в столь краткосрочный проект?

Карлос с готовностью согласился работать со мной. В своей циничной манере он заявил, что девяносто процентов моего гонорара оплачивает его страховая компания, и ему жаль упускать такую сделку. Кроме того, он считает, что в жизни нужно все попробовать, а он еще ни разу до этого не беседовал с психиатром. Я оставил наш терапевтический контракт непроясненным, сказав лишь, что всегда полезно иметь кого-то, с кем можно поделиться тяжелыми чувствами и мыслями. Я предложил встретиться шесть раз, а затем оценить, насколько успешно идет лечение.

К моему глубокому удивлению, Карлос нашел прекрасное применение терапии, и после шести встреч мы согласились заняться более продолжительным лечением. На каждый сеанс он приходил со списком вопросов, которые хотел обсудить, - сны, проблемы с работой (хороший финансовый аналитик, он не прекращал работы во время своей болезни). Иногда он говорил о своем физическом дискомфорте и отвращении к химиотерапии, но чаще всего наши разговоры касались женщин и секса. На каждом сеансе он описывал свои встречи с женщинами, случившиеся за последнюю неделю (часто они состояли лишь из того, что ему удавалось поймать случайный взгляд незнакомки в супермаркете), и навязчивые мысли о том, как следовало поступить в каждом случае, чтобы завязать отношения. Он был так увлечен женщинами, что, казалось, забыл о своем раке, активно распространявшемся по всем участкам его тела. Скорее всего, именно это и было причиной его увлечений - они позволяли ему забыть о своей обреченности.

Но его фиксация на женщинах возникла гораздо раньше, чем рак. Он всегда охотился за женщинами и говорил о них в крайне оскорбительных и сексуализированных выражениях. Поэтому, какой бы резкой ни была оценка Сары, она меня не удивила. Я знал, что он вполне способен на такое похабное поведение - если не хуже.

Но как мне следует поступить в этой ситуации? Прежде всего, я хотел сохранить и укрепить наши отношения. У нас наметились улучшения, и сейчас я был единственным человеком, с которым Карлос поддерживал контакт. Однако было важно также, чтобы он продолжал посещать терапевтическую группу. Я направил его в группу шесть недель назад, чтобы он нашел для себя круг общения, который позволил бы ему преодолеть изоляцию и с помощью коррекции его наиболее социально неприемлемого поведения помог наладить социальные связи в жизни. В первые пять недель он с удовольствием посещал группу, но если сейчас он коренным образом не изменит свое поведение, его неизбежно отвергнут все члены группы - если это уже не произошло!

Наш следующий сеанс начался как обычно. Карлос даже не упомянул о группе. Вместо этого он решил поговорить о Рут, привлекательной женщине, которую он встретил в церковной общине. (Карлос был членом полудюжины церквей, потому что полагал, что они создают ему идеальные условия для знакомств.) У него был с Рут короткий разговор, а потом она извинилась, потому что должна была уйти домой. Карлос попросился, а потом стал проклинать себя за то, что упустил блестящую возможность, не предложив проводить ее до машины; фактически он убедил себя, что у него были хорошие шансы (возможно, один к десяти или даже один к двум) жениться на ней. Всю неделю он терзал себя за то, что не действовал более настойчиво, - ругал себя последними словами и бился головой о стену.

Я не стал обсуждать его чувства к Рут (хотя они явно были столь нелепыми, что я решил вернуться к ним при случае), поскольку считал, что необходимо обсудить происшедшее на группе. Я сказал ему, что разговаривал об этом с Сарой.

- Вы собирались, - спросил я, - говорить сегодня о группе?

- В принципе нет, это неважно. В любом случае я собираюсь прервать групповую терапию. Я ее перерос.

- Что Вы имеете в виду?

- Там все неискренни и играют в игры. Я там единственный человек, у которого хватает мужества говорить правду. Все мужчины в группе - неудачники, иначе они бы там не оказались. Они все какие-то бесхребетные - сидят, хнычут и ничего не говорят.

- Расскажите мне, что, с Вашей точки зрения, произошло на прошлой встрече.

- Сара рассказала, что ее изнасиловали, она Вам говорила? Я кивнул.

- И Марта тоже. Эта Марта, Господи! Она как раз по Вашей части. Зануда невыносимая, правда! Клинический случай, все время на транквилизаторах. Что, черт возьми, я вообще делаю в компании таких людей, как она? Ну да ладно, слушайте. Самое главное - они обе говорили о том, что их изнасиловали, а остальные просто сидели молча, разинув рты. Наконец, я ответил. Я стал задавать им вопросы.

- Сара утверждает, что некоторые из Ваших вопросов были заданы вовсе не с целью помочь им.

- Кто-то должен был заставить их говорить. Кроме того, я всегда испытывал интерес к насилию. А Вы нет? Да и все мужчины? Как все это происходит, что переживает жертва?

- Помилуйте, Карлос, если Вас это занимает, Вы могли бы прочесть об этом в книге. Перед Вами были живые люди, а не источники информации. Смысл происходившего был совсем в другом.

- Возможно, я это допускаю. Когда я пришел в группу, Вы инструктировали меня, что я должен откровенно выражать свои чувства. Поверьте мне, я могу поклясться в том, что на прошлой встрече я был единственным откровенным человеком в группе. Я завелся, признаю. Это чертовски возбуждает, когда представляешь себе, как трахают Сару. Мне так хотелось подойти и пощупать ее грудки. Я не могу простить Вам, что Вы запретили мне приставать к ней. - Когда Карлос впервые попал в группу шесть недель назад, он очень долго говорил о своем увлечении Сарой, - вернее, ее грудью, - и был убежден, что она готова уступить ему. Чтобы помочь Карлосу ассимилироваться в группе, мне приходилось на первых порах

инструктировать его относительно приемлемого социального поведения. Я с большим трудом убедил его, что сексуальные заигрывания с Сарой были бы бесполезны и непристойны.

- Кроме того, не секрет, что насилие заводит мужчин. Я видел, как другие мужчины в группе улыбались мне. Возьмем порнографию! Вы когда-нибудь внимательно изучали порнографические книги и видеофильмы? Сделайте это! Посетите порно-магазины в Тендерлойне - это будет полезно для Вашего образования. Для кого-то они ведь печатают все это - значит, есть спрос! Я скажу Вам правду: если бы насилие было разрешено законом, я бы совершал его - по крайней мере, время от времени.

Карлос посмотрел на меня с самодовольной ухмылкой. Или это был взгляд заговорщика, приглашающего меня присоединиться к тайному братству насильников?

Некоторое время я сидел молча, пытаюсь оценить свои возможности. Легко было согласиться с Сарой: все это действительно звучало похабно. Но я был убежден, что отчасти это бравада и можно найти в нем что-то более чистое и высокое. Я обратил внимание на его добавление "время от времени" и был благодарен ему за это. Эти слова, сказанные как бы вдогонку, выдавали капельку смущения и стыда.

- Карлос, Вы гордитесь своей честностью в группе - но в самом ли деле Вы откровенны? Или лишь частично откровенны, наполовину? Действительно, Вы говорили более откровенно, чем другие мужчины в группе. Вы на самом деле выразили некоторые свои истинные сексуальные чувства. И Вы правы в том, что они довольно широко распространены: порнобизнес должен апеллировать к каким-то импульсам, которые есть у всех мужчин.

- Но были ли Вы честны до конца? Как насчет всех остальных чувств, которые Вы не выразили? Позвольте мне высказать одну догадку: когда Вы говорили "экая важность" Саре и Марте насчет пережитого ими изнасилования, Вы, возможно, думали о своем раке и о том, с чем Вам постоянно приходится справляться. Намного труднее противостоять чему-то, что угрожает твоей жизни прямо сейчас, чем тому, что произошло год или два назад.



- Может быть, Вам хотелось бы получить от группы какую-то поддержку, но как Вы можете получить ее, если остаетесь таким упрямым? Вы до сих пор не сообщили о своем раке. (Я уговаривал Карлоса рассказать группе, что у него рак, но он откладывал это: он сказал, что боится, что его начнут жалеть, и не хотел упустить шанс завязать роман с какой-нибудь из женщин в группе.)

Карлос усмехнулся.

- Хорошее предположение, док! Это умно. У Вас хорошая голова. Но я буду откровенен: мысль о болезни не приходила мне в голову. С тех пор, как мы закончили химиотерапию два месяца назад, я провожу время, не думая о раке. Черт возьми, это ведь хорошо, не правда ли, - забыть о нем, быть свободным от него, иметь возможность немного пожить нормальной жизнью?

Хороший вопрос. Я задумался. Хорошо ли, что он забыл? Я не был в этом так уверен. За те месяцы, что я работал с Карлосом, я обнаружил, что могу с поразительной точностью судить о течении его болезни по тому, что его волновало. Всякий раз, когда его состояние ухудшалось и он сталкивался с неумолимым приближением смерти, его приоритеты менялись, и он становился более вдумчивым, мудрым, сострадательным. Напротив, как только наступала ремиссия, им завладевал, как он выражался, его бесенок, и Карлос становился заметно более вульгарным и пошлым.

Однажды я видел в газете карикатуру: маленький заблудившийся человечек говорил: "Однажды, когда тебе стукнет сорок или пятьдесят, путь вдруг становится ясным... А потом опять исчезает!" Эта карикатура была как раз про Карлоса, за исключением того, что у него было не одно, а целая серия просветлений, и они каждый раз исчезали. Я часто думал, что если бы мне удалось найти способ постоянно удерживать в нем сознание своей смерти и то "просветление", которое дает смерть, я смог бы помочь ему существенно изменить его отношение к жизни и окружающим людям.

По той особой манере, с какой он говорил сегодня и пару дней назад в группе, было видно, что его болезнь отступила и что смерть, вместе с сопутствующей ей мудростью, очень далека от его сознания.

Я попробовал зайти с другой стороны:

- Карлос, прежде чем направить Вас в группу, я пытался объяснить Вам основные принципы групповой терапии. Помните, я подчеркивал, что все, что происходит в группе, может быть использовано для терапевтической работы?

Он кивнул. Я продолжал:

- И что один из наиболее важных принципов группы состоит в том, что группа - это мир в миниатюре: та среда, которую мы создаем в группе, отражает способ нашего бытия в мире. Помните, я сказал, что каждый из нас моделирует в группе тот же социальный мир, который окружает его в реальной жизни?

Он опять кивнул. Он слушал.

- Теперь посмотрите, что произошло с Вами в группе. Вы познакомились с людьми, с которыми Вы могли бы установить близкие взаимоотношения. В самом начале мы с Вами пришли к выводу, что Вам необходимо поработать над развитием взаимоотношений. Именно поэтому Вы и вошли в группу, помните? Но теперь, спустя всего шесть недель, все члены группы и по крайней мере один из ко-терапевтов готовы растерзать Вас. И это - дело Ваших собственных рук. Вы сделали в группе то же самое, что делаете и вне ее! Я хочу, чтобы Вы ответили мне честно: Вы довольны результатом? Это именно то, чего Вы хотите от отношений с другими людьми?

- Док, я прекрасно понял, что Вы хотели сказать, но в Ваших доводах есть небольшая ошибка. Я не дам и ломаного гроша за людей в этой группе. Разве это люди? Я ни за что бы не стал общаться с подобными неудачниками. Их мнение для меня ничто. Я не хочу сближаться с ними.

Я знал эту привычку Карлоса полностью замыкаться в себе. Через неделю-другую, как я подозревал, он бы стал разумнее, и при обычных обстоятельствах мне следовало просто быть более терпеливым. Но если что-то срочно не предпринять, его либо выгонят из группы, либо к следующей неделе его отношения с членами группы необратимо разрушатся. Поскольку я сильно сомневался, что после этого безобразного инцидента мне удастся уговорить какого-то другого группового терапевта принять его, я продолжал:

- В Ваших словах звучат гнев и презрение, и я верю, что Вы действительно испытываете эти чувства. Но, Карлос, попытайтесь на минуту вынести их за скобки и посмотреть, не найдете ли Вы в себе чего-то еще. И Сара, и Марта испытывали боль и страдания. Неужели у Вас нет к ним больше никаких чувств? Я имею в виду не доминирующие чувства, а, возможно, более слабые импульсы.

- Я знаю, о чем Вы. Вы делаете для меня все, что можете. Я хотел бы помочь Вам, но тогда мне пришлось бы нести полную чушь. Вы приписываете мне чувства, которых я не испытываю. Только в этом кабинете я и могу говорить правду, а правда в том, что единственное, что я хотел бы сделать с этими двумя цыпочками, - это их трахнуть! Это я и имел в виду, когда говорил, что если бы насилие было разрешено законом, я бы совершал его. И я даже знаю, с кого бы начал!

Скорее всего, он имел в виду Сару, но я не стал уточнять. Меньше всего мне хотелось слушать его рассуждения об этом. Возможно, между нами существовало какое-то соперничество эдиповского толка, которое еще больше затрудняло общение. Он никогда не упускал возможности весьма выразительно описать мне, что хотел бы сделать с Сарой, хотя и считал меня своим соперником. Он полагал, что я отговаривал его от романа с Сарой, потому что хотел сохранить ее для себя. Но такого рода интерпретации были сейчас абсолютно бесполезны: он слишком замкнут и хорошо защищен. Чтобы достучаться до него, я должен был придумать что-нибудь поубедительнее.

Единственная оставшаяся возможность, которая приходила мне в голову, состояла в том, чтобы использовать тот эмоциональный взрыв, который я наблюдал на нашем первом сеансе. Тактика казалась мне такой упрощенной и надуманной, что я и предположить не мог, что она даст такие поразительные результаты.

- Хорошо, Карлос, давайте рассмотрим то идеальное общество, которое Вы вообразили себе и которое отстаиваете, - общество легализованного насилия. Теперь задумайтесь на минуту о своей дочери. Как бы она чувствовала себя, живя в обществе, где могла бы стать жертвой узаконенного насилия, легкой добычей любого козла,

которому взбрело бы в его рогатую голову взять силой семнадцатилетнюю девочку?

Карлос внезапно перестал ухмыляться. Он заметно содрогнулся и сказал без всякой рисовки:

- Я не хотел бы этого для нее.

- Но куда же она денется в этом мире, который Вы строите? Уйдет в монастырь? Вы должны обеспечить ей место для жизни: это то, чем занимаются все отцы, - строят мир для своих детей. Я никогда не спрашивал Вас раньше, чего Вы в действительности хотите для нее?

- Я хочу, чтобы у нее были любовные отношения с мужчиной и любящая семья.

- Но как это может осуществиться, если ее отец защищает мир насилия? Если Вы хотите, чтобы она жила в мире любви, то Ваша задача - построить этот мир, и начать Вы должны со своего собственного поведения. Вы не можете не подчиняться своим собственным законам - это основа любой этической системы.

Тон нашего разговора изменился. Больше не было ни перепалок, ни грубости. Он стал крайне серьезным. Я чувствовал себя, скорее, не терапевтом, а преподавателем философии или теологии, но я знал, что это правильный путь. Я говорил то, что давно уже должен был сказать. Карлос часто подшучивал над своей собственной непоследовательностью. Я вспомнил, как однажды он со смехом описал мне разговор со своими детьми за обедом (они навещали его два-три раза в год), когда он сказал дочери, что хочет познакомиться с парнем, с которым она встречается, и оценить ее выбор. "Что же касается тебя, - указал он на сына, - бери любую телку, какую сможешь заарканить!"

Теперь не было сомнений, что я привлек его внимание. Я решил укрепить свои аргументы и подошел к тому же вопросу с другой стороны.

- И еще кое-что, Карлос, пришло мне в голову прямо сейчас. Помните свой сон о зеленой "Хонде" две недели назад? Давайте вернемся к нему.

Ему нравилось анализировать сновидения, и он был рад перейти к этому, избежав неприятного разговора о своей дочери.

Карлосу снилось, что он пришел в агентство, чтобы взять напрокат автомобиль, но единственная марка, которую ему могли предложить, была "Хонда Сивик" - его самая нелюбимая машина. Из всех имеющихся цветов он выбрал красный. Но когда он пришел на стоянку, единственной исправной машиной оказалась зеленая - его самый нелюбимый цвет! Самым важным в этом сновидении было не его безобидное содержание, а вызванная им эмоция, - сон был пропитан ужасом: Карлос проснулся в страхе, который не покидал его несколько часов.

Две недели назад он не смог далеко продвинуться в анализе этого сновидения. Насколько я помнил, он отклонился в сторону ассоциаций, связанных со служащей прокатного агентства. Но сегодня я увидел этот сон в совершенно ином свете. Много лет назад Карлос твердо уверовал в переселение душ, и эта вера давала ему долгожданное избавление от страха смерти. На одном из наших первых сеансов он использовал метафору, сказав, что умирание - это просто смена старого тела на новое, как мы меняем старый автомобиль. Теперь я напомнил ему эту метафору.

- Предположим, Карлос, что этот сон - больше, чем сон об автомобилях. Ведь в том, чтобы взять напрокат автомобиль, явно нет ничего пугающего - такого, что может вызвать кошмар и не давать всю ночь заснуть. Мне кажется, это был сон о смерти и будущей жизни, и он использовал Ваше сравнение смерти и возрождения со сменой автомобилей. Если мы посмотрим на него с этой точки зрения, мы найдем больше смысла в том, что сон сопровождался таким сильным страхом. Что Вы скажете насчет того, что единственной моделью машины, которую Вы смогли получить, была зеленая "Хонда"?

- Я ненавижу "Хонду" и ненавижу зеленый цвет. Моей следующей машиной должна быть "Мазератти".

- Но если машина - это символ тела, почему Вы в будущей жизни должны получить тело или судьбу, которые Вы больше всего ненавидите?

Карлосу ничего другого не оставалось, кроме как ответить:

- Ты получаешь то, чего заслуживаешь, в зависимости от того, что ты делал и как жил в этой жизни. Ты можешь двигаться либо вверх,

либо вниз.

Теперь он понял, к чему я вел этот разговор, и покрылся испариной. Его дремучий цинизм и грубость всегда шокировали собеседников, но теперь была его очередь быть шокированным. Я затронул его самые чувствительные струны: любовь к детям и веру в реинкарнацию.

- Продолжайте, Карлос, это важно: попробуйте соотнести это с Вашей жизнью.

Он произнес каждое слово очень медленно:

- Сон говорит, что я живу неправильно.

Я собрался было читать проповедь о том, что во всех религиях считается правильной жизнью - любовь, великодушие, забота, благородные мысли, добрые дела, милосердие, - но все это не понадобилось. Карлос дал мне понять, что я добился своего: он сказал, что ошеломлен, что для одного раза этого слишком много. Он хочет подумать обо всем этом в течение недели. Несмотря на то, что у нас оставалось всего пятнадцать минут, я решил поработать на другом участке.

Я вернулся к той теме, которую Карлос затронул в начале сеанса, - к его мнению, что он упустил блестящую возможность с Рут, женщиной, которую мельком видел на церковном собрании, и к его самобичеванию по поводу того, что не проводил ее до машины. Функция, которую выполняли эти нелепые идеи, была очевидна. До тех пор, пока Карлос продолжал верить, что совсем близок к тому, чтобы его полюбила хорошенькая женщина, он может поддерживать в себе иллюзию, что с ним не происходит ничего серьезного, что он не обезображен смертельной болезнью.

Раньше я не затрагивал это отрицание. Вообще лучше не разрушать защиты до тех пор, пока это создает больше проблем, чем решений, и пока у тебя нет ничего лучшего взамен. Реинкарнация - как раз то, что нужно: хотя лично я рассматриваю ее как отрицание смерти, эта вера служила Карлосу (и множеству людей во всем мире) хорошим утешением; фактически, вместо того чтобы разрушать ее, я всегда ее поддерживал, а на этом сеансе даже укрепил, убеждая Карлоса быть последовательным в своих выводах из этого учения.

Но пришло время бросить вызов некоторым менее полезным элементам его системы отрицания.

- Карлос, Вы действительно верите, что если бы Вы проводили Рут до машины, то могли бы с вероятностью от десяти до пятидесяти процентов жениться на ней?

- Одно могло вести к другому. Между нами что-то происходило. Я чувствовал это. Я знаю то, что я знаю!

- Но Вы говорите так каждый раз - женщина в супермаркете, секретарша в приемной дантиста, кассирша в кинотеатре. Вы даже чувствовали это по отношению к Саре. Подумайте о том, сколько раз Вы или любой другой мужчина провожал женщину до машины и не женился на ней!

- Хорошо, хорошо, может быть, вероятность была равна одному или даже половине процента, но все же она была - если бы я не был таким ослом. Я даже не подумал о том, чтобы попросить разрешения ее проводить!

- И из-за этого Вы занимаетесь самобичеванием? Карлос, я Вам прямо скажу: то, что Вы говорите, абсолютная чепуха. Все, что Вы рассказали мне о Рут, - а Вы ведь говорили с ней всего пять минут - это что ей двадцать три года, у нее двое маленьких детей и она недавно развелась. Давайте будем реалистами - как Вы сами сказали, это место, где нужно быть честным. Что Вы собирались сказать ей о своем здоровье?

- Когда я узнаю ее получше, я скажу ей правду - что у меня рак, но сейчас он под контролем, и врачи его лечат.

- И...?

- Что доктора не уверены в том, что может произойти, что каждый день открываются новые лекарства, но что в будущем у меня может быть ухудшение.

- Что сказали Вам врачи? Они сказали, что может быть ухудшение?

- Вы правы - будет ухудшение в будущем, если не будет найдено лекарство.

- Карлос, я не хочу быть жестоким, я хочу быть объективным. Поставьте себя на место Рут - двадцать три года, двое маленьких детей, трудный период в жизни, - по-видимому, она ищет твердую опору для себя и своих детей и, как все обычные люди, имеет очень

смутное представление о том, что такое рак, и очень боится его. Неужели Вы в состоянии обеспечить ей ту поддержку и безопасность, в которых она нуждается? Неужели она готова принять неопределенность, связанную с Вашим здоровьем? Рискнуть оказаться в ситуации, когда ей придется ухаживать за Вами? Каковы реальные шансы, что она позволит себе увлечься Вами, сблизиться с Вами настолько, насколько Вы этого хотите?

- Вероятно, меньше, чем один из миллиона, - печально и устало ответил Карлос.

Я был жесток, но было бы более жестоко просто потакать ему, молчаливо признавая, что он не способен взглянуть в лицо реальности. Фантазии о Рут позволяли ему чувствовать, что другой человек может переживать за него и беспокоиться о нем. Я надеялся, что он поймет: именно моя прямая конфронтация с ним, а не подмигивание у него за спиной, была проявлением моей манеры переживать и заботиться.

Вся его бравада прошла. Карлос спросил очень тихо:

- Так что же мне остается?

- Если Вам в самом деле нужна сейчас близость, то пора перестать накручивать себя насчет женитьбы. Я уже несколько месяцев наблюдаю, как Вы настраиваете себя на это. Я думаю, настало время расслабиться. Вы только что закончили тяжелейший курс химиотерапии. Несколько недель назад Вы не могли есть, вставать с постели, Вас постоянно рвало, Вы очень похудели, Вам необходимо восстановить силы. Не нужно ожидать, что Вы прямо сейчас найдете жену, Вы слишком многого от себя требуете. Поставьте перед собой разумную цель - Вы умеете делать это не хуже меня. Сосредоточьтесь на хорошем разговоре. Попробуйте укрепить дружбу с людьми, которых Вы уже знаете.

Я увидел, что губы Карлоса начали складываться в улыбку. Он понял, что моим следующим предложением будет: "А разве группа - не самое подходящее место для этого?"

После этого сеанса Карлос уже не был прежним. Наша очередная встреча состоялась на следующий день после группы. Первое, что он сказал, - что я не поверю, каким хорошим он был в группе. Он похвастался, что теперь стал самым заботливым и чутким членом



группы. Он нашел мудрый выход из своего затруднительного положения, рассказав группе, что у него рак. Карлос заявил - и спустя недели Сара вынуждена была признать это, - что его поведение так резко изменилось, что теперь к нему обращались за поддержкой.

Он похвалил наш предыдущий сеанс:

- Прошлый сеанс был лучше всех. Я хотел бы, чтобы у нас всегда были такие беседы. Я не помню точно, о чем мы говорили, но это помогло мне здорово измениться.

Особенно меня позабавило одно его замечание:

- Не знаю, почему, но я даже стал по-другому относиться к мужчинам в группе. Все они старше меня, но, как это ни смешно, у меня такое ощущение, что я обращаюсь с ними, как со своими сыновьями!

Меня меньше всего беспокоило то, что он забыл содержание нашего разговора. Гораздо лучше, что он забыл, о чем мы говорили, чем если бы было наоборот (это бывает с пациентами гораздо чаще) - помнил бы точно, о чем мы говорили, но остался прежним.

Карлос менялся на глазах. Две недели спустя он начал сеанс с заявления, что на прошлой неделе сделал два важных открытия. Он был так горд этими открытиями, что дал им названия. Первое он назвал (взглянув в свои записи) "У всех есть сердце". Второе называлось "Мои ботинки - это не я сам".

Вначале он пояснил первое открытие:

- В течение прошлого группового занятия все три женщины рассказывали о том, как тяжело быть одной, о том, как они скучают по своим родителям, о ночных кошмарах. Не знаю, почему, но внезапно я увидел их в другом свете! Они были такими же, как я! У них были такие же проблемы, как у меня. Раньше я всегда представлял себе женщин восседающими на горе Олимп, разглядывающими выстроившихся перед ними мужчин и сортирующими их по принципу: этот подходит для моей спальни, а этот - нет.

- Но в тот момент, - продолжал Карлос, - у меня возникло видение их обнаженных сердец. Их грудная клетка исчезла, просто растворилась, обнажив лиловую квадратную полость с ребристыми стенками и в центре - сияющее темно-красное пульсирующее сердце.

Всю неделю я видел бьющиеся сердца у каждого, и я сказал себе: "У каждого есть сердце, у каждого". Я видел сердце в каждом - в уродливом горбуне, который работает в регистратуре, в ворчливой старухе, даже в мужчинах, с которыми я работаю!

Рассказ Карлоса вызвал у меня такой прилив радости, что слезы выступили на моих глазах. Я думаю, он увидел это, но, чтобы не смущать меня, не подал виду, поспешив перейти к следующему открытию: "Мои ботинки - это не я сам".

Он напомнил мне, что на последнем сеансе мы обсуждали его сильную тревогу по поводу предстоящего доклада на работе. У него всегда были большие трудности с публичными выступлениями: болезненно чувствительный к любой критике, он часто, по его собственным словам, устраивал представления для самого себя, злобно нападая на всех, кто подвергал сомнению любой аспект его доклада.

Я помог ему понять, что он утратил ощущение своих личных границ. Естественно, сказал я, что человек враждебно реагирует на угрозу его личной безопасности, когда речь идет о самосохранении. Но я подчеркнул, что Карлос расширил границы своей личности, включив в них работу, и поэтому реагировал на мелкую критику любого аспекта своей работы так, как если бы покушались на само его существование. Я призывал Карлоса различать основное ядро своей личности и другие, второстепенные свойства или действия. Затем он должен был разотождествиться с этими второстепенными частями: это могут быть его предпочтения, ценности или поступки, но это не он сам, не его сущность.

Карлоса увлекла эта идея. Она не только объясняла его агрессивное поведение на работе - он смог распространить эту модель "разотождествления" и на свое тело. Другими словами, хотя его тело и находилось в опасности, он сам, его сущность, оставалась незатронутой.

Эта интерпретация намного снизила его тревожность, и его выступление на работе было очень ясным и спокойным. Он никогда не выступал так удачно. Во время выступления у него в голове вертелась фраза: "Моя работа - это не я". Когда он закончил и сел напротив своего шефа, фраза обрела продолжение: "Я - это не моя

работа. Не мои слова. Не моя одежда. Ни одна из этих вещей. Он скрестил ноги и заметил свои поношенные, стоптанные ботинки: "Мои ботинки - это тоже не я сам". Он стал покачивать ногой, чтобы привлечь внимание шефа и объявить ему: "Мои ботинки - это не я!"

Два открытия Карлоса - первые из многих, последовавших за ними, - были подарком мне и моим ученикам. Эти два открытия, ставшие плодами разных форм терапии, лаконично иллюстрировали разницу между тем, что человек может извлечь из групповой терапии с ее акцентом на отношениях между людьми и из индивидуальной терапии с ее вниманием к внутреннему общению. Я до сих пор использую образы Карлоса для иллюстрации своих идей.

Последние месяцы, оставшиеся у него, Карлос посвятил самоотдаче. Он организовал группу взаимопомощи для раковых больных (пошутив при этом, что является "конечной остановкой" этого маршрута), а также вел группу развития межличностных навыков при одной из церквей. Сара, к тому времени ставшая одним из его преданных друзей, присутствовала на одном из занятий в качестве почетного гостя и свидетельствовала о его умелом и тонком руководстве.

Но больше всего он отдавал себя детям, которые заметили происшедшие в нем перемены и решили жить с ним, переведясь в ближайший колледж. Он был удивительно добрым и мудрым отцом. Мне всегда казалось, что то, как человек встречает смерть, в огромной степени зависит от модели, заложенной родителями. Последний дар родителей своим детям - это урок принятия собственной смерти. И Карлос дал своим детям необычайный урок смирения. Его смерть не была окутана мрачной тайной. До самого конца он и его дети были откровенны друг с другом относительно его болезни и вместе шутили над его манерой пыхтеть, косить глазами и морщить губы, когда он произносил слово "лимфо-о-о-ома".

А мне он преподнес свой главный дар незадолго до смерти, и это был окончательный ответ на вопрос, стоит ли заниматься терапией со смертельно больными людьми. Когда я навещал его в госпитале, Карлос был так слаб, что почти не мог двигаться, но он поднял голову, пожал мне руку и прошептал: "Спасибо. Спасибо, что спасли мою жизнь!"

### **3. Толстуха.**

Лучшие в мире теннисисты тренируются по пять часов в день, чтобы устранить недостатки в своей игре. Мастер дзэн постоянно добивается невозмутимости мыслей, балерина - отточенности движений, а священник все время допрашивает свою совесть. В каждой профессии есть область еще не достигнутого, в которой человек может совершенствоваться. У психотерапевта эта область, это необъятное поле для самосовершенствования, которое никогда нельзя пройти до конца, на профессиональном языке называется контрпереносом. Если переносом называются чувства, которые пациент ошибочно относит к терапевту ("переносит" на него), но которые на самом деле коренятся в более ранних взаимоотношениях, контрперенос представляет собой обратное - похожие иррациональные чувства, которые терапевт испытывает к пациенту. Иногда контрперенос бывает столь драматичен, что делает невозможной глубокую терапию: представьте себе еврея, который лечит нациста, или изнасилованную женщину, которая лечит насильника. Но в более мягких формах контрперенос проникает в любую психотерапию.

В тот день, когда Бетти появилась в моем кабинете, когда я увидел, как она несет свою огромную 250-фунтовую тушу к моему легкому и хрупкому офисному креслу, я понял, что мне уготовано великое испытание контрпереносом.

Толстые женщины всегда вызывали у меня отвращение. Я нахожу их омерзительными: их безобразная манера ходить, переваливаясь из стороны в сторону, их бесформенное тело - грудь, колени, зад, плечи, щеки, подбородок - все, все, что мне обычно нравится в женщинах, превращено в гору мяса. И еще я ненавижу их одежду - эти бесформенные мешковатые платья или, хуже того, слоноподобные тугие джинсы с перетяжками, как у бочки. Как они осмеливаются выставлять свое тело на всеобщее обозрение?

Откуда взялись эти недостойные чувства? Я никогда не пытался выяснить это. Они уходят так глубоко в прошлое, что мне и в голову не приходило считать их предрассудком. Но если бы от меня потребовали отчета, возможно, я сослался бы на свою семью, на толстых властных женщин, окружавших меня в детстве, в число которых входила и моя мать. Полнота, характерная для моей семьи, была частью того, что я должен был преодолеть, когда я, самолюбивый и целеустремленный американец в первом поколении, решил навсегда отряхнуть со своих подошв прах русской колонии.

Я могу высказать еще одно предположение. Меня всегда восхищало женское тело - возможно, больше, чем других мужчин. И не просто восхищало: я возвышал, идеализировал, превозносил его сверх всякой разумной меры. Возможно, толстые женщины раздражали меня тем, что оскверняли мою мечту, были насмешкой над прекрасными чертами, которые я боготворил. Возможно, они разрушали мою сладкую иллюзию и обнаруживали ее основу - плоть, буйство плоти.

Я вырос в Вашингтоне с его расовой сегрегацией - единственный сын в единственной белой семье в негритянском квартале. На улицах черные нападали на меня за то, что я белый, в школе белые - за то, что я еврей. Но для меня оставались еще толстяки, жирдяи, мишени для насмешек, те, кого не хотели брать в спортивные команды, те, кто не мог пробежать круг по стадиону. Мне тоже нужно было кого-то ненавидеть. Может быть, там я этому и научился.

Конечно, я не одинок в своем предубеждении. Оно повсюду поддерживается культурой. У кого хоть раз нашлось для толстухи доброе слово? Но мое отвращение превосходит все культурные нормативы. В начале своей карьеры я работал в тюрьме строгого режима, где наименее тяжким преступлением, совершенным любым из моих пациентов, было простое одиночное убийство. И, тем не менее, мне было легче принять этих пациентов, понять их и найти способ поддержать.

Но когда я вижу, как толстая женщина ест, это вообще переходит все границы моего терпения. Я хочу выбросить пищу. Хочу ткнуть ее лицом в мороженое. "Прекрати набивать себе брюхо! Господи, разве уже не достаточно?" Мне хочется заткнуть ей рот!

Бедняжка Бетти, слава Богу, не подозревала обо всем этом, когда невозмутимо продолжала свой путь к моему креслу, медленно опускала свое тело и тщательно устраивалась. Она села так, что ее ноги не совсем доставали до пола, и в ожидании поглядела на меня.

Интересно, подумал я, почему у нее ноги не достают до земли? Она ведь не такая уж маленькая. Она так возвышалась в кресле, как будто сидела на коленках. Может, это задница у нее такая толстая, что мешает достать до пола? Я постарался поскорее выкинуть эту загадку из головы - в конце концов, человек пришел ко мне за помощью. Через минуту я поймал себя на том, что думаю о карикатурной фигуре маленькой толстушки из фильма "Мэри Поплине", потому что именно ее напоминала мне Бетти. Не без труда мне удалось выкинуть из головы и это. Так и пошло: весь сеанс я пытался подавить одну отвлекающую мысль за другой, чтобы сосредоточить внимание на Бетти. Я вообразил себе, как эти мысли похищает Микки Маус, ученик чародея из "Фантазии", а потом мне пришлось отогнать и этот образ, чтобы обратиться, наконец, к Бетти.

Как обычно, чтобы сориентироваться, я начал задавать биографические вопросы. Бетти сообщила мне, что ей двадцать семь лет, она не замужем, работает в отделе связей с общественностью крупной нью-йоркской розничной сети, которая три месяца назад перевела ее на восемнадцать месяцев в Калифорнию, чтобы помочь с открытием нового филиала.

Она была единственным ребенком в семье и выросла на маленьком бедном ранчо в Техасе, где ее мать жила одна с тех пор, как 15 лет назад умер отец Бетти. Бетти была хорошей ученицей, посещала университет, поступила на работу в универмаг в Техасе, и после двух лет работы ее перевели в центральный офис в Нью-Йорке. Она всегда страдала от лишнего веса, заметно полнеть начала с конца подросткового периода. За исключением двух или трех коротких периодов, когда она потеряла 40 или 50 фунтов благодаря строгой диете, после двадцати одного года ее вес колебался от 200 до 250 фунтов.

Я перешел к делу и задал свой стандартный первый вопрос:

- На что жалуетесь?

- На все, - ответила Бетти.

Все было не слава Богу в ее жизни. Она работала шестьдесят часов в неделю, не имела ни друзей, ни личной жизни, ни занятий в Калифорнии. Ее жизнь как таковая, сказала она, осталась в Нью-Йорке, но просить сейчас о переводе означало погубить свою карьеру, которой и так угрожала опасность из-за непопулярности Бетти среди сотрудников. Первоначально Бетти вместе с восемью Другими новичками прошла в компании обучение на трехмесячных курсах. Бетти была озабочена тем, что ни ее достижения, ни продвижение по службе не были столь же успешными, как у однокашников. Она жила в меблированной квартире в пригороде и, по ее словам, не делала ничего, а только работала, ела и считала дни, оставшиеся до окончания восемнадцати месяцев.

Психиатр доктор Фабер, которого она посещала в Нью-Йорке, около четырех месяцев, лечил ее антидепрессантами. Хотя она продолжала их принимать, от них было мало проку; она была глубоко подавлена, каждый вечер плакала, хотела умереть, спала урывками и всегда просыпалась в четыре или пять утра. Она слонялась по дому, а по воскресеньям, в свой выходной, никогда не одевалась и весь день проводила у телевизора, поглощая конфеты. На прошлой неделе она позвонила доктору Фаберу, который назвал ей мое имя и предложил проконсультироваться.

- Расскажите мне подробнее о своих проблемах, - попросил я.

- Я не контролирую свое питание, - улыбнулась Бетти и добавила: - Можно сказать, что мое питание никогда не было под контролем, но сейчас я и в самом деле не могу взять себя в руки. За последние три месяца я набрала около двадцати фунтов и теперь не могу влезть в большинство своих платьев.

Это меня удивило. Ее одежда казалась такой бесформенной, что я не мог себе представить, как она может стать мала.

- Есть еще причины, по которым Вы пришли именно теперь?

- На прошлой неделе я обратилась к врачу с головными болями, и он сказал, что у меня слишком высокое давление, 220 на 110, и мне нужно начать худеть. Он выглядел озабоченным. Не знаю, следует ли мне принимать это всерьез - в Калифорнии все просто помешаны на здоровье. Он сам был на работе в джинсах и кроссовках.

Все это она произнесла веселым непринужденным тоном, как будто говорила о ком-то другом и как будто мы с ней были студентами-второкурсниками, которые травят байки дождливым воскресным вечером. Она шутила, пыталась заставить меня смеяться вместе с ней. У нее была способность имитировать акцент и мимику своего бывшего врача из Мэрин Кантри, своих покупателей-китайцев, своего босса со Среднего Запада. Должно быть, она хихикала раз двадцать в течение часа, очевидно, вовсе не смущенная моим упорным отказом веселиться вместе с ней.

Я всегда очень серьезно отношусь к заключению терапевтического контракта с пациентом. Когда я берусь лечить кого-то, то принимаю на себя обязательство поддерживать этого человека: потратить столько времени и сил, сколько будет необходимо для улучшения состояния пациента, и прежде всего относиться к пациенту с теплотой и искренностью.

Но мог ли я так относиться к Бетти? Честно говоря, она меня отталкивала. Мне требовалось усилие, чтобы заставить себя смотреть на ее лицо, настолько оно заплыло жиром. Ее глупые комментарии также были мне неприятны. К концу нашего сеанса я почувствовал себя усталым и раздраженным. Мог ли я стать ей близок? Мне было трудно представить себе человека, с которым мне еще меньше хотелось бы сблизиться. Но это была моя проблема, а не проблема Бетти.

После двадцатипятилетней практики настало время измениться. Бетти олицетворяла собой дерзкий вызов, брошенный мне контрпереносом, и именно по этой причине я сразу согласился стать ее терапевтом.

Естественно, нельзя осуждать терапевта за желание отточить свою технику. "Но как насчет прав пациента?" - спрашивал я себя с тяжелым чувством. Разве нет различия между терапевтом, пытающимся избавиться от контрпереноса, и танцором или мастером дзэн, стремящимся к совершенству каждый в своей области? Одно дело отрабатывать свой удар левой и совсем другое - тренировать свои навыки на хрупких, страдающих пациентах.

Все эти мысли приходили мне в голову, но я гнал их от себя. Это правда, что Бетти давала мне возможность расширить свои



профессиональные терапевтические навыки. Однако правда и то, что увеличение моего мастерства пойдет на пользу моим будущим пациентам. Кроме того, специалисты, имеющие дело с людьми, всегда тренируются на живых пациентах. Этому просто нет альтернативы. Как могло бы, например, медицинское образование обойтись без клинической практики? И потом, я всегда был убежден, что терапевты-новички, обладающие энтузиазмом и ответственностью, часто устанавливают прекрасные терапевтические отношения и достигают такой же эффективности, что и опытные профессионалы.

Исцеляет отношение, отношение и еще раз отношение - вот мой профессиональный девиз. Я часто говорю это студентам. Я говорю также и о другом - о том, как нужно относиться к пациенту: о безусловной положительной оценке, принятии, искренней заинтересованности, эмпатическом понимании. Каким образом я собираюсь исцелить Бетти своим отношением к ней? Насколько искренним, эмпатичным, понимающим я смогу быть? Насколько честным? Что я отвечу, если она спросит, какие чувства я к ней испытываю? У меня была надежда, что в процессе нашей терапии мне удастся измениться вместе с Бетти. В тот момент мне казалось, что социальные связи Бетти столь поверхностны и примитивны, что нам не потребуются глубокий анализ отношений терапевта и пациента.

Я втайне надеялся, что недостатки ее внешности будут каким-то образом компенсированы ее личностными особенностями - жизнерадостностью или живым умом, которые я находил в некоторых полных женщинах. Но это, увы, оказалось не так. Чем лучше я узнавал ее, тем более скучной и поверхностной она мне казалась.

В течение первых нескольких сеансов Бетти с бесконечными деталями описывала проблемы, с которыми она сталкивалась в работе с покупателями, сотрудниками и начальством. Она часто, невзирая на мои молчаливые проклятия, разыгрывала некоторые особенно банальные разговоры в лицах - я это ненавидел. Она описывала - опять же с утомительными подробностями - всех привлекательных мужчин на работе и мелочные, жалкие уловки, на которые она пускалась, чтобы перекинуться с ними парой фраз. Она сопротивлялась всем моим усилиям проникнуть глубже.

Дело было даже не в том, что наш предварительный, ничего не значащий "разговор за коктейлем" бесконечно затягивался, но и в мучившем меня опасении, что даже если мы преодолеем этот период, мы останемся на поверхности - что все время, пока мы с Бетти будем встречаться, мы обречены разговаривать о фунтах, диетах, мелких неприятностях на работе и причинах, по которым она не хочет заниматься аэробикой. О Боже! Во что я ввязался!

Все мои заметки об этих первых сеансах содержат такие фразы, как "Еще один скучный сеанс"; "Сегодня смотрел на часы каждые три минуты"; "Самая утомительная пациентка, какую я когда-либо встречал"; "Почти уснул сегодня - был вынужден сидеть на стуле выпрямившись, чтобы не уснуть"; "Сегодня чуть не упал со стула".

Пока я подбирал для себя твердое, неудобное кресло, мне внезапно пришло в голову, что когда я проходил терапию у Ролло Мэя [Город Творцов](#), он обычно сидел на деревянном стуле с прямой спинкой. Он сказал, что у него болит спина, но я потом общался с ним многие годы и не слышал, чтобы он упоминал о проблемах с позвоночником. Неужели он считал меня...?

Бетти упомянула, что доктор Фабер ей не нравился, потому что во время сеанса часто засыпал. Теперь я знал, почему! Когда я говорил с доктором Фабером по телефону, он, конечно, не сказал об этом, но признался, что Бетти не удалось получить пользу от терапии. Было нетрудно понять, почему он перешел на медикаменты. Мы, психиатры, часто к ним прибегаем, когда не можем ничего добиться с помощью психотерапии.

С чего начать? Как начать? Я пытался найти точку опоры. Было бесполезно начинать с проблемы ее веса. Бетти сразу дала понять: она надеется, что со временем терапия поможет ей всерьез заняться снижением веса, но сейчас она была еще очень далека от этого. "Когда у меня такая депрессия, еда - это единственное, что меня поддерживает".

Но когда я решил сосредоточиться на ее депрессии, она представила мне убедительные доказательства того, что депрессия является адекватной реакцией на ее жизненную ситуацию. Кто бы не почувствовал себя подавленным, будучи заперт на восемнадцать

месяцев в маленькой мебелированной квартирке в безымянном калифорнийском предместье, вдали от своей настоящей жизни - друзей, дома, привычного окружения?

Поэтому я попытался помочь ей разобраться в ее жизненной ситуации, но не слишком в этом преуспел. У нее было множество обескураживающих объяснений. Ей непросто завести друзей, заметила она, как и любой тучной женщине. (В этом меня не нужно было убеждать.) Люди в Калифорнии живут своими замкнутыми кланами и не принимают чужаков. Ее единственным местом общения была работа, где большинство сотрудников недолюбливали ее их руководителя. Кроме того, как все калифорнийцы, они были помешаны на серфинге и водных лыжах. Могу ли я представить ее за этими занятиями? Я отогнал от себя картину, как она медленно опускается под воду вместе с доской для серфинга. Она была права - это занятие не для нее.

"Какие еще у меня возможности?" - спрашивала она. Мир холостяков закрыт для тучных людей. Чтобы доказать это, она опита безрассудное свидание, которое было у нее месяц назад - ее единственное свидание за несколько лет. Она ответила на частное объявление в местной газете. Хотя в большинстве объявлений, помещаемых мужчинами, женщину с самого начала характеризуют как "стройную", в одном это определение отсутствовало. Она позвонила и договорилась пообедать с мужчиной по имени Джордж, который попросил ее приколоть к волосам розу и ждать его в баре местного ресторана.

Его лицо перекосилось при первом же взгляде на нее, но, нужно отдать ему должное, он признал, что действительно Джордж, и за обедом вел себя как джентльмен. Хотя Бетти больше никогда не слышала о Джордже, она часто о нем думала. При нескольких подобных попытках в прошлом она так и не дождалась мужчин, которые, вероятно, рассматривали ее издали и уходили, не поговорив с ней.

Я отчаянно пытался найти способ помочь Бетти. Вероятно, стараясь скрыть свои отрицательные чувства, я слишком усердствовал и допустил ошибку новичка, начав предлагать ей варианты. Как насчет Сьерра Клуба? Нет, у нее недостаточно сил для

пеших походов. Или Анонимные Обжоры, которые могли бы составить какой-то круг общения для нее? Нет, она ненавидела группы. Другие предложения встречали аналогичный прием. Нужно было искать другой путь.

Первым шагом в любом терапевтическом изменении является принятие ответственности. Если человек не чувствует никакой ответственности за свои трудности, то как он может с ними бороться? Именно так было с Бетти: она полностью экстериоризировала проблему. Это была вовсе не ее вина: виноваты перевод по службе, стерильная культура Калифорнии, отсутствие культурных событий, заносчивое окружение, презрительное отношение общества к полным людям. Несмотря на все мои усилия, Бетти отрицала какую-либо свою ответственность за безнадежную жизненную ситуацию. О да, на интеллектуальном уровне она готова была признать, что если она перестанет есть и похудеет, мир станет относиться к ней по-другому. Но это было бы слишком долго и хлопотно, а обжорство казалось слишком неподвластным ее воле. Кроме того, она приводила другие аргументы, снимающие с нее ответственность: генетические факторы (в обеих ветвях ее семьи встречались очень полные люди) и новые исследования, демонстрирующие физиологические нарушения в организме тучных людей, которые затрагивают первичные метаболические процессы и вызывают относительно некорректируемое увеличение веса. Нет, это не сработает. Я решил убедить ее, что она несет ответственность по крайней мере за свой внешний вид, - но в тот момент она не готова была признать даже это. Я должен был начать с чего-то более непосредственного. Я знал, с чего.

Единственным безотказным средством терапевта является сосредоточение на "процессе". Что такое "процесс" в отличие от "содержания"? В разговоре содержание состоит из смысла употребляемых слов и существа обсуждаемых вопросов; а процесс показывает, как это содержание выражается особенно - что этот способ выражения говорит об отношениях между участниками разговора.

Мне как раз и следовало уйти от содержания, например, перестать пытаться найти для Бетти упрощенные решения и

сосредоточиться на процессе - на том, как мы относимся друг к другу. Существовала только одна наиболее яркая характеристика наших отношений - скука. И именно здесь контрперенос все усложнял: мне необходимо было ясно представлять себе, в какой степени скука была моей проблемой, насколько мне было бы скучно с любой полной женщиной.

Поэтому я двигался вперед осторожно, очень осторожно. Меня сдерживали мои отрицательные чувства. Я слишком боялся проявить свою антипатию. Я бы никогда не стал так медлить с пациентом, который бы мне больше нравился. Мне приходилось прищипывать себя, чтобы двигаться дальше. Если я собирался помочь Бетти, мне необходимо было разобраться в своих чувствах, довериться им и что-то с ними сделать.

Правда заключалась в том, что это была невероятно скучная дама, и мне требовалось каким-то приемлемым способом дать ей это понять. Она могла отрицать ответственность за все остальное - за отсутствие друзей, трудную одинокую жизнь, убожество предместья - но я не собирался позволить ей уйти от ответственности за то, что она меня утомляла.

Я не решался произнести слово "скучно" - слишком расплывчатое и слишком обидное. Мне нужно было быть точным и конструктивным. Я спросил себя, что именно было скучным в Бетти, и выявил две очевидные характеристики. Во-первых, она никогда не говорила о себе ничего личного. Во-вторых, эти ее дурацкие ухмылки, форсированная веселость, нежелание быть по-настоящему серьезной.

Было трудно помочь ей осознать эти свойства, не ранив ее. Я выбрал такую стратегию: моя основная посылка будет состоять в том, что я хочу приблизиться к ней, но ее поведение мешает мне. Я думал, что в этом контексте ей будет трудно обидеться на критику в адрес своего поведения. Она может быть только благодарна мне за желание узнать ее поближе. Я решил начать с ее нежелания раскрыться и к концу одного особенно нудного сеанса сделал решительный шаг.

- Бетти, позже я объясню, почему я прошу Вас об этом, но мне бы хотелось, чтобы Вы попробовали нечто новое сегодня. Могли бы Вы

оценить в баллах от одного до десяти, насколько Вы были откровенны в течение нашего сегодняшнего сеанса? Представьте, что десять - это самое откровенное признание, на которое Вы только способны, а один - это та степень самораскрытия, которую Вы позволили бы, например, разговаривая со случайным соседом в кинотеатре.

Я допустил ошибку. Несколько минут мне пришлось слушать объяснения Бетти, почему она не ходит в кино одна. Она думала, что люди жалеют ее за то, что у нее нет друзей. Бетти ощущала их опасения, что она может придавить их, если сядет рядом. Она видела на их лицах напряженное любопытство, когда они наблюдали за тем, как она опускается в слишком узкое для нее кресло. Когда Бетти стала отклоняться еще дальше, описывая кресла самолетов и лица пассажиров, бледнеющие от страха в тот момент, когда она идет по проходу в поисках своего места, я перебил ее, повторив свою просьбу и определив "один" как случайный разговор на работе.

Бетти ответила, что поставила бы себе "десять". Я был потрясен (я ожидал "двух" или "трех" баллов) и сказал ей об этом. Она защищала свою оценку на том основании, что говорила мне вещи, которые никогда никому не рассказывала: например, что однажды украла в аптеке журнал или что боялась ходить одна в ресторан или в кино.

Мы повторили тот же самый сценарий несколько раз. Бетти настаивала на том, что подвергает себя огромному риску, но я говорил ей:

- Бетти, Вы ставите себе "десять" баллов, но я не чувствую, что это верно. Я не верю, что Вы на самом деле рискуете.

- Я никогда никому не говорила об этом. Например, доктору Фаберу.

- Что Вы испытываете, говоря мне об этом?

- Я чувствую себя хорошо.

- Вы можете использовать какие-нибудь еще слова, кроме "хорошо"? Можно испытывать страх или облегчение, говоря об этом впервые!

- Я чувствую себя хорошо, рассказывая Вам об этом. Я знаю, что Вы слушаете профессионально. Все в порядке. Все о'кей. Я не знаю, что Вы от меня хотите.

- Почему Вы так уверены в том, что я слушаю профессионально? У Вас нет в этом сомнений?

Осторожней, осторожней, я не мог обещать ей большей откровенности, чем был готов позволить себе. Она не справилась бы с моими негативными чувствами. Бетти отрицала все сомнения и в доказательство рассказала о том, что доктор Фабер засыпал в ее присутствии, а я выгляжу гораздо более заинтересованным.

Что я хотел от нее? С ее точки зрения, она была очень откровенна. Я должен был точно сформулировать, что меня не устраивало. Что в ее признаниях оставляло меня равнодушным? Меня раздражало то, что она все время признавалась в чем-то, случившемся в другое время и в другом месте. Бетти была не способна или не готова раскрыться в настоящий момент, в котором мы оба присутствовали. Отсюда ее уклончивые ответы "хорошо" и "о'кей", которые появлялись каждый раз, когда я спрашивал о ее чувствах здесь-и-теперь.

Это было первым важным открытием, которое я сделал в отношении Бетти: она была совершенно одинока и могла вынести это одиночество, лишь поддерживая миф о том, что ее подлинная жизнь протекает где-то еще. В первый раз я начал подозревать, что для Бетти не существует "здесь".

Еще одно соображение: если со мной она была более откровенна, чем с другими, то какими должны были быть ее близкие отношения? Бетти ответила, что у нее репутация хорошего собеседника. У нас с ней, сказала она, один и тот же бизнес: она была всеобщим терапевтом. Она добавила, что у нее много друзей, но никто из них не знает ее. Ее фирменным знаком было то, что она умеет слушать и что она забавная. Эта мысль была ей ненавистна, но она точно соответствовала стереотипу жизнерадостной толстухи.

Это непосредственно вело к пониманию другой причины, по которой Бетти казалась мне такой скучной: она играла передо мной свою роль - в наших разговорах она никогда не была самой собой, она все время притворялась и бравировала фальшивым весельем.

- Мне очень интересно то, что Вы сказали о своей веселости, точнее, о притворной веселости. Мне кажется, Вы заставляете себя быть веселой со мной.

- Хм-м, интересная теория, доктор Ватсон.

- Вы делаете это с нашей первой встречи. Вы рассказываете мне о жизни, полной отчаяния, но делаете это так, как будто пытаетесь развлечь меня, как будто притворяетесь, что мы приятно проводим время.

- Да, это именно так.

- Но если Вы будете продолжать веселить меня, я могу упустить из виду Ваши истинные страдания.

- Это лучше, чем захлебнуться в них.

- Но Вы пришли сюда за помощью. Зачем Вам так необходимо меня развлекать?

Бетти вспыхнула. Казалось, мой напор поколебал ее, и она отступила, погрузившись в глубину своего огромного тела. Вытерев пот со лба крошечным носовым платочком, она на время задумалась.

- Бетти, я сегодня буду настойчив. Что произошло бы, если бы Вы перестали пытаться развлекать меня?

- Я не вижу ничего плохого в том, чтобы немного пошутить. Зачем относиться ко всему так... так... Я не знаю - Вы все время так серьезны. Кроме того, такая уж я есть, таков мой стиль жизни. Я не уверена, что понимаю, о чем Вы говорите. Что Вы понимаете под развлечением?

- Бетти, это важно, это самое важное из всего, что мы до сих пор обсуждали. Но Вы правы. Прежде всего Вы должны точно знать, что я имею в виду. Вам подойдет, если на следующих сеансах я буду перебивать Вас всякий раз, как Вы начнете развлекать меня, и говорить Вам об этом?

Бетти согласилась - ей было трудно мне отказать; таким образом, я получил в свое распоряжение мощное орудие, дающее мне новую степень свободы. Я добился разрешения перебивать ее всякий раз (конечно, напоминая ей о нашем новом соглашении), когда она хихикала, говорила с идиотским акцентом, пыталась рассмешить меня или карикатурно исказить события.

Через три или четыре сеанса "забавное" поведение Бетти исчезло, и она впервые заговорила о своей жизни с подобающей серьезностью. Она осознала, что старалась быть занятой, чтобы удержать интерес других. Я объяснил, что в этом кабинете действует



обратный закон: чем больше она пытается развлечь меня, тем менее она мне интересна и тем больше от меня отдалается.

Но Бетти не умела вести себя по-другому: ей требовалось пересмотреть весь свой социальный репертуар. Раскрыться? Что она сможет выставить напоказ, если раскроется? Внутри нее ничего нет. Пустота. (По мере продвижения терапии слово "пустой" появлялось все чаще и чаще. Психологическая "пустота" является общим признаком всех пищевых расстройств.)

Тут я оказал ей максимальную поддержку, на которую был способен. Вот теперь, подчеркнул я, она действительно идет на риск. Теперь она дошла до восьми или девяти баллов по шкале самораскрытия. Чувствует ли она различие? Бетти сразу все поняла. Она сказала, что чувствует такой страх, как будто выпрыгнула из самолета без парашюта.

Теперь мне было уже не так скучно. Я не так часто смотрел на часы и однажды во время сеанса с Бетти проверил время не для того, чтобы подсчитать, сколько минут осталось продержаться, а чтобы прикинуть, хватит ли у меня времени обсудить еще одну тему.

Не было больше и необходимости отгонять мешающие мне мысли о ее внешности. Вместо того чтобы обращать внимание на ее тело, я смотрел ей в глаза. Теперь я с удивлением заметил в себе первые ростки эмпатии. Когда Бетти рассказала о своем посещении бара, где два хама сели позади нее и смеялись над ней, говоря, что она жует, как корова, я был возмущен и сказал ей об этом.

Новые чувства к Бетти заставили меня вспомнить мою первоначальную реакцию на нее и устыдиться. Мне стало не по себе, когда я подумал о других полных женщинах, к которым относился нетерпимо и бесчеловечно.

Все эти изменения означали, что мы делаем успехи. Мы столкнулись с одиночеством Бетти и ее потребностью в близости. Я надеялся показать, что можно узнать ее поближе и не разочароваться в ней.

Теперь Бетти определенно была увлечена терапией. В промежутках между сеансами она размышляла о наших беседах, вела со мной долгие воображаемые разговоры в течение недели, с нетерпением ожидала наших встреч и чувствовала досаду и

разочарование, когда из-за командировок вынуждена была пропускать сеансы.

Но в то же время она, несомненно, стала более несчастной, испытывала больше печали и тревоги. Такое развитие событий меня устраивало. Терапия начинается по-настоящему только тогда, когда в отношениях с терапевтом пациент начинает проявлять свои подлинные симптомы, и исследование этих симптомов открывает путь к центральной проблеме.

Ее тревога была вызвана страхом оказаться слишком зависимой от терапии и слишком привязанной к ней. Наши сеансы превратились в самую важную вещь в ее жизни. Она не знала, что с ней произойдет, если этот еженедельный порядок нарушится. Мне казалось, что она все еще сопротивляется близости, беспокоясь больше не обо мне, а о "порядке", и я постепенно стал возражать ей по этому поводу.

- Бетти, что опасного, если Вы позволите, чтобы я что-то для Вас значил?

- Не знаю. Меня пугает, что я слишком сильно нуждаюсь в Вас. Я не уверена, что Вы сможете быть со мной. Не забывайте о том, что через год мне придется покинуть Калифорнию.

- Год - это достаточно долго. Так Вы избегаете меня теперь, потому что не сможете быть со мной всегда?

- Я знаю, что это не имеет смысла. Но я поступаю точно так же и с Калифорнией. Я люблю Нью-Йорк и не хочу любить Калифорнию. Я боюсь, что если найду здесь друзей и привяжусь к ним, мне не захочется уезжать. А еще я начинаю думать: "Что зря беспокоиться? Я здесь так ненадолго. Кому нужны временные дружбы?"

- Проблема такой установки в том, что Вы не хотите покончить с одиночеством. Может быть, это одна из причин Вашей внутренней пустоты. Так или иначе, любые отношения рано или поздно заканчиваются. Не существует пожизненной гарантии. Это похоже на отказ любоваться восходом солнца из-за того, что Вы ненавидите закат.

- В Вашем изложении это кажется идиотизмом, но это так. Когда я встречаю кого-то, кто мне нравится, то начинаю думать о том, как тяжело будет с ним расставаться.

Я знал, что это важная проблема и что мы к ней еще вернемся. Отто Ранк сформулировал эту жизненную позицию замечательной фразой: "Отказ пользоваться кредитом жизни с целью избежать расплаты смертью".

Теперь Бетти испытывала печаль, которая была мимолетной и имела забавный и парадоксальный повод. Близость и искренность наших взаимоотношений вернули ее к жизни; но, вместо того чтобы наслаждаться этим новым чувством, она расстроилась, когда поняла, что вся ее прежняя жизнь была лишена интимности.

Я вспомнил другую пациентку, которую лечил год назад, - исключительно добросовестного и ответственного сорокачетырехлетнего врача. Однажды вечером, в пылу семейной ссоры, она непривычно много выпила, потеряла самоконтроль, стала швырять в стену посуду и чуть не угодила в своего мужа лимонным тортом. Когда я встретился с ней через два дня, она выглядела виноватой и расстроенной. Пытаясь ее утешить, я сказал, что потеря самоконтроля - это еще не катастрофа. Но она перебила меня и сказала, что я ошибаюсь: она не чувствует вины, наоборот, ее охватило сожаление, что она ждала сорок четыре года, прежде чем плюнуть на самоконтроль и проявить свои подлинные чувства.

Несмотря на ее 250 фунтов, мы с Бетти редко касались темы питания и веса. Она часто рассказывала о грандиозных (и неизменно безрезультатных) сражениях, которые вели с ней мама и друзья, пытавшиеся помочь ей взять под контроль свое питание. Я хотел избежать этой роли, однако верил, что если я помогу Бетти убрать препятствия, она сама возьмет на себя заботу о своем теле.

Обратившись к ее одиночеству, я уже устранил основные препятствия: депрессия Бетти снизилась, и, установив социальные контакты, она уже не нуждалась в пище как единственном источнике удовлетворения. Но она не могла принять решение сесть на диету, пока однажды не поняла, почему всегда считала похудение опасным. Это произошло так.

Бетти уже несколько месяцев проходила курс терапии, и я решил, что ее улучшение пойдет быстрее, если наряду с индивидуальной терапией она начнет работать в терапевтической группе. Во-первых, я был уверен, что полезно создать окружение, которое поддержит ее

в трудный период предстоящей диеты. Кроме того, терапевтическая группа даст Бетти возможность исследовать те межличностные проблемы, которые обнаружились в нашей терапии, - скрытность, потребность развлекать, чувство, что ей нечего дать другим. Хотя Бетти была испугана и вначале сопротивлялась моему предложению, она мужественно согласилась и вошла в терапевтическую группу, возглавляемую двумя психиатрами-стажерами.

Одна из ее первых групповых встреч оказалась очень необычной: на ней Карлос, также один из моих пациентов, проходивший индивидуальную терапию (см. "Если бы насилие было разрешено..."), сообщил группе о том, что смертельно болен раком. Отец Бетти умер от рака, когда ей было двенадцать лет, и с тех пор болезнь приводила ее в ужас. В колледже она сначала выбрала медицинский факультет, но потом бросила из-за страха столкнуться с раковыми больными.

В последующие несколько недель контакт с Карлосом вызвал у Бетти такую тревогу, что мне пришлось провести с ней несколько внеочередных сеансов и с трудом удалось убедить ее остаться в группе. У нее появились соматические симптомы: головная боль (ее отец умер от рака мозга), боли в спине, одышка, ее беспокоили навязчивые мысли о том, что у нее тоже может быть рак. Поскольку Бетти боялась посещать докторов (стыдясь своего тела, она редко проходила физическое обследование и ни разу не исследовала тазовые органы), было трудно убедить ее, что она здорова.

Ужасающая худоба Карлоса напомнила Бетти о том, как за двенадцать месяцев ее отец из очень полного человека превратился в скелет, обтянутый кожей. Хотя Бетти и признавала свои опасения неразумными, она поняла, что после смерти отца стала верить, что потеря веса сделает ее более подверженной раку.

Столь же сильные предубеждения были у нее относительно облысения. Когда она впервые пришла в группу, Карлос (который потерял волосы в результате химиотерапии) носил парик, но в тот день, когда он рассказал группе о своем раке, он пришел на собрание абсолютно лысым. Бетти испугалась, к ней вернулись воспоминания об отце, который был налысо выбрит перед операцией на мозге. Она вспомнила также, как ей стало страшно,

когда во время предыдущей строгой диеты у нее начали выпадать волосы.

Эти бессознательные предрассудки существенно усложняли ее проблемы с весом. Еда не только представляла собой ее единственное удовлетворение, не только заглушала ее ощущение пустоты, а худоба не только вызывала болезненные воспоминания об отце. Бетти также бессознательно верила в то, что потеря веса приведет к ее собственной смерти.

Постепенно острая тревога Бетти улеглась. Раньше она никогда открыто не говорила об этих проблемах. Возможно, свою роль сыграл катарсис; возможно, ей было полезно осознать магическую природу своего мышления; а, быть может, некоторые из ее пугающих мыслей просто потеряли свою остроту при их обсуждении в спокойной, рациональной обстановке, "при свете дня".

В это время особенно большую помощь оказал Карлос. Родители Бетти до самого конца отрицали серьезность болезни ее отца. Такое отрицание разрушительно действует на тех, кто остается в живых. Бетти оказалась не готова к его смерти и не имела возможности проститься с ним. Но Карлос демонстрировал совершенно иное отношение к собственной участи: он был мужественным, разумным и откровенным в своих чувствах относительно болезни и приближения смерти. Кроме того, он был особенно добр к Бетти - возможно, потому что знал, что она моя пациентка, возможно, потому что она пришла как раз тогда, когда он был в великодушном настроении ("у каждого есть сердце"), а, может быть, просто потому, что был неравнодушен к полным женщинам (что я, признаю это с сожалением, рассматривал тогда как еще одно доказательство его извращенности).

Вероятно, Бетти почувствовала, что препятствия к снижению веса успешно устранены, потому что дала ясно понять: пора начинать главную кампанию. Я был потрясен размахом и сложностью предварительных приготовлений.

В первую очередь она записалась на программу лечения пищевых расстройств в клинике, где я работал, и заполнила требуемый протокол, который включал сложное физическое обследование (она по-прежнему отказывалась от исследования

тазовых органов) и батарею психологических тестов. Затем она очистила свою квартиру от еды - от всех банок, пакетов и бутылок. Она составила план альтернативных занятий, заметив, что отказ от завтраков и обедов создает "окно" в дневном расписании. К моему удивлению, она записалась в танцевальный класс (у этой леди есть сила воли, подумал я) и в клуб боулинга - когда она была маленькой, отец часто брал ее с собой в кегельбан, объяснила она. Она купила подержанный велотренажер и установила его перед телевизором. Затем она сказала "прощай!" своим старым друзьям - картофельным чипсам, шоколадным пирожным и пончикам.

Была также проведена серьезная внутренняя подготовка, которую Бетти затруднялась описать иначе, чем "собраться с духом" и ждать подходящего момента, чтобы сесть на диету. Я ждал этого момента с нетерпением, представляя себе огромного японского борца, который расхаживает по ковру, становится в позу и выкрикивает что-то воинственное, готовясь к схватке.

Наконец, свершилось! Она выбрала жидкую диету, полностью отказалась от твердой пищи, каждое утро по сорок минут занималась на велотренажере, каждый день проходила пешком по три мили и раз в неделю занималась боулингом и танцами. Ее жировая оболочка начала постепенно рассасываться. Она начала худеть. Большие массы плоти просто растворялись и исчезали. Скоро фунты потекли с нее ручьем - два, три, четыре, иногда пять фунтов в неделю.

Каждый сеанс Бетти начинала с рапорта об успехах: сброшено десять фунтов, затем двадцать, двадцать пять, тридцать. Она похудела до двухсот сорока фунтов, затем до двухсот тридцати и двухсот двадцати. Это казалось поразительно легким и быстрым. Я восхищался ею и каждую неделю хвалил ее за успехи. Но в эти первые недели я слышал также не слишком тактичный внутренний голос, который нашептывал: "Господи Боже, если она так быстро худеет, то сколько же еды она поглощала до этого!"

Прошли недели - кампания продолжалась. За три месяца она похудела до двухсот десяти фунтов. Затем двести, на пятьдесят фунтов меньше! Затем сто девяносто. Сопротивление возрастало. Иногда она приходила ко мне в кабинет в слезах, проголодав всю

неделю, но не потеряв при этом ни фунта. Каждый фунт давался с трудом, но Бетти продолжала придерживаться диеты.

Это были ужасные месяцы. Ей все опротивело. Ее жизнь была мучительной - безвкусная жидкая пища, велотренажер, голодные схватки, дьявольская реклама гамбургеров и Макдональдса по телевизору, вездесущие запахи: поп-корн в кинотеатре, пицца в кегельбане, круассаны в торговом центре, крабы на Рыбачьей пристани. Есть ли где-нибудь на земле место, лишённое запахов?

Каждый день был ужасным. Ничто в жизни не приносило удовольствия. Другие члены группы похудения бросили программу - но Бетти держалась твердо. Мое уважение к ней росло.

Я тоже люблю поесть. Часто я целый день мечтаю о каком-нибудь особом блюде, и, когда нетерпение побеждает, ни одно препятствие не может остановить меня на пути к какому-нибудь ресторану или киоску. Но, пока продолжалась битва Бетти, я стал испытывать чувство вины во время еды, как будто я предавал ее. Каждый раз, собираясь съесть пиццу, спагетти, шоколадное пирожное или какое-нибудь другое блюдо, которое любила Бетти, я невольно думал о ней. Я содрогался при мысли о том, как она, держа в руке открывалку, обедает своим жидким Оптифастом. Иногда в знак солидарности с ней я отказывался от второго.

Случилось так, что в этот период я превысил предельный вес, который разрешал себе, и сел на трехнедельную диету. Поскольку моя диета состоит, главным образом, в отказе от мороженого и французского жаркого, я вряд ли имел право ставить себя в один ряд с Бетти. Однако за эти три недели я более остро почувствовал ее страдания. Я был тронут до слез, когда она рассказала мне, как уговаривает себя заснуть и как внутри нее голодный ребенок орет: "Накорми меня! Накорми меня!"

Сто восемьдесят. Сто семьдесят. Сброшено восемьдесят фунтов веса! Теперь настроение Бетти часто колебалось, и я стал все сильнее за нее беспокоиться. У нее были временные периоды гордости и подъема (особенно когда она отправлялась покупать себе платье меньшего размера), но чаще она испытывала такое глубокое уныние, что могла заставить себя делать лишь единственное - каждое утро ходить на работу.

Временами она становилась раздражительной и припоминала мне старые обиды. Не для того ли я направил ее в терапевтическую группу, чтобы от нее отделаться или, по крайней мере, частично сбросить ее с рук? Почему я не расспросил ее подробнее о привычках в еде? В конце концов, еда - это ее жизнь. Любишь ее - люби и ее еду. (Осторожно, осторожно, горячо!) Почему я согласился с ней, когда она перечисляла причины, по которым не могла учиться на медицинском факультете (ее возраст, отсутствие выносливости, лень, отсутствие необходимых знаний и денег)? Теперь она заявила, что считает унижительным мое предложение стать медсестрой, и обвинила меня в том, что я сказал: "Эта девица недостаточно привлекательна для медицинского факультета, пусть тогда будет сиделкой!"

Временами она совсем падала духом и становилась агрессивной. Однажды, например, когда я спросил, почему она стала такой пассивной в группе, Бетти свирепо взглянула на меня и отказалась отвечать. Когда я стал настаивать на ответе, она сказала капризным детским тоном: "Если не дашь пирожок, я тебе ничего не скажу".

Во время одного из периодов депрессии у нее было очень яркое сновидение:

Я была в каком-то месте наподобие Мекки, куда люди приходят, чтобы совершить легальное самоубийство. Я была с близкой подругой, но не помню, с кем. Она собиралась покончить с собой, прыгнув в глубокую шахту. Я пообещала поднять оттуда ее тело, но позже поняла, что мне придется спуститься в эту ужасную шахту со всеми этими мертвыми и разлагающимися телами вокруг, и подумала, что не смогу этого сделать.

По ассоциации с этим сном Бетти рассказала, как днем раньше ей пришло в голову, что она потеряла целое тело: она сбросила восемьдесят фунтов, а у них в конторе была женщина, которая весила всего восемьдесят фунтов. В тот момент она представила себе, что ей сделали вскрытие и она устраивает похороны "тела", от которого избавилась. Бетти предположила, что эти мрачные мысли отозвались в сновидении в образе тела подруги, поднимаемого из шахты.

Образность и глубина ее сновидения показали мне, как далеко она продвинулась. С трудом можно было вспомнить ту вздорную



хихикающую женщину, какой она была несколько месяцев назад. Теперь каждую минуту сеанса мое внимание было целиком приковано к Бетти. Кто бы мог подумать, что эта женщина, бессмысленная болтовня которой так утомляла меня, превратится в пронизательного, непосредственного и чуткого человека?

Сто шестьдесят пять. Еще одно неожиданное открытие. Однажды в кабинете я посмотрел на Бетти и впервые заметил, что у нее есть живот. Я посмотрел снова. Неужели он был у нее всегда? Может быть, я стал обращать на нее больше внимания? Не думаю: очертания ее тела, от подбородка до носков, всегда были гладко округлыми. Пару недель спустя я увидел отчетливые признаки груди. Двух груди. Через неделю - скулы, затем подбородок, локти. Все было на месте - все это время под грудой мяса была спрятана женщина, привлекательная женщина.

Другие, особенно мужчины, тоже заметили перемены, и теперь, разговаривая с ней, старались невзначай дотронуться до нее или толкнуть. Мужчина из конторы проводил ее до машины. Ее парикмахер бесплатно сделал ей массаж головы. Она была уверена, что начальник пялится на ее грудь.

Однажды Бетти объявила: "Сто пятьдесят девять", - и добавила, что это "девственная территория", то есть она не весила столько со школьных лет. Моя реакция - я спросил, не будет ли она сожалеть, вступив на "недевственную территорию", - была неудачной шуткой, тем не менее это привело нас к важному обсуждению темы секса.

Хотя у Бетти были богатые сексуальные фантазии, она никогда не имела никаких физических контактов с мужчинами - ни объятий, ни поцелуев, ни даже фривольных похлопываний. Она всегда страстно жаждала секса и была в ярости оттого, что отношение общества к толстым обрекало ее на сексуальную фрустрацию. Только теперь, когда она достигла той весовой категории, которая позволяла реализоваться ее сексуальным желанием, когда ее сны заполнились угрожающими фигурами мужчин (доктора в маске, втыкающего огромную иглу ей в живот, незнакомца, сладострастно сдирающего струп с ее раны в брюшной полости), она поняла, что очень боится секса.

Эти разговоры вызвали у Бетти поток воспоминаний о мужском пренебрежении. Ее никогда не приглашали на свидания, она никогда не ходила на танцы и школьные вечеринки. Она хорошо играла роль доверенного лица и помогла многим своим подругам в их сердечных делах. Почти все они теперь были замужем, и она не могла больше скрывать от себя тот факт, что все время играла роль постороннего наблюдателя.

Вскоре мы перешли от секса к более глубокой теме ее первичной сексуальной идентификации. Бетти знала, что ее отец хотел сына и скрывал свое разочарование, когда она родилась. Однажды ей приснились два сновидения о потерянном брате-близнеце. В одном сновидении они с братом носили отличительные знаки и обменивались ими друг с другом. В другом сновидении он погиб: втиснулся в переполненный лифт, а она не смогла (из-за своих габаритов). Лифт рухнул, все пассажиры погибли, и ей оставалось только рассеять его прах.

В другом сновидении отец подарил ей лошадь, сказав: "Это девочка". Она всегда мечтала получить от него в подарок лошадь, и во сне не только исполнялось это желание, но отец официально признавал ее пол.

Наши разговоры о сексе и ее сексуальной идентификации породили такую сильную тревогу и такое невыносимое чувство пустоты, что она несколько раз наедалась пирожных и пончиков. К тому времени Бетти уже разрешалось немного твердой пищи - один диетический обед в день, но ей было теперь труднее, чем когда она придерживалась лишь жидкой диеты.

Впереди маячил важный символический рубеж - потеря ста фунтов. Эта важная цель, никогда не достигавшаяся ранее, несла в себе множество сексуальных коннотаций. Во-первых, Карлос несколько месяцев назад полушутя сказал Бетти, что если она сбросит сто фунтов, он возьмет ее на уик-энд на Гавайи. Во-вторых, во время внутренней подготовки к диете Бетти пообещала себе, что когда она сбросит сто фунтов, она встретится с Джорджем, тем мужчиной, на объявление которого она ответила, чтобы удивить его своей новой внешностью и вознаградить за его джентльменское поведение своей сексуальной благосклонностью.

Чтобы уменьшить ее тревогу, я призвал ее к умеренности и предложил приближаться к сексу не такими решительными шагами. Например, сначала проводить время, разговаривая с мужчинами; заняться своим просвещением в области сексуальной анатомии, сексуальной механики и мастурбации. Я рекомендовал ей специальную литературу и посоветовал посетить гинеколога и обсудить эти вопросы со своими подругами и в группе.

В этот период резкого снижения веса наблюдался и другой удивительный феномен. Бетти переживала эмоциональные взрывы и проводила большую часть сеансов, со слезами рассказывая о поразительно живых воспоминаниях, например, об отъезде из Техаса в Нью-Йорк, об окончании колледжа, об обиде на свою мать за то, что она была слишком робкой и застенчивой и не присутствовала на ее школьном выпускном вечере.

Вначале казалось, что эти взрывы, как и сопровождавшие их резкие колебания настроения, были хаотичными и случайными; но спустя несколько недель Бетти поняла, что они следуют определенной схеме: по мере снижения веса она вновь переживала основные травмирующие или кризисные события своей жизни, которые происходили, когда она имела соответствующий вес. Так, ее похудение, начавшееся с двухсот пятидесяти фунтов, привело к прокручиванию ленты времени назад через эмоционально заряженные события ее жизни: переезд из Техаса в Нью-Йорк (210 фунтов), окончание колледжа (190 фунтов), решение бросить медицинский факультет и отказаться от мечты найти лекарство против рака, убившего ее отца (180 фунтов), ее одиночество на выпускном вечере, зависть к другим девочкам, у которых были отцы, невозможность найти себе пару на выпускном балу (170 фунтов), окончание средней школы и воспоминание о том, как ей в тот момент не хватало отца (155 фунтов). Какое прекрасное доказательство существования области бессознательного! Тело Бетти сохранило память о том, что давно забыло ее сознание.

Эти эмоциональные всплески были наполнены воспоминаниями об отце. Чем тщательнее мы всматривались, тем яснее было, что все нити вели к нему, к его смерти, к ста пятидесяти фунтам, которые Бетти в то время весила. Чем ближе она подходила к этому весу, тем

более подавленной становилась и тем больше чувств и воспоминаний об отце всплывало в ее сознании.

Вскоре разговоры об отце заполнили все наши сеансы. Настало время все это выкопать. Я погрузил ее в воспоминания и попросил рассказать все, что она сможет вспомнить о его болезни, умирании, о том, как он выглядел в больнице в последний раз, когда она его видела, подробности похорон, одежду, которая была на ней, речь священника, присутствовавших людей.

Мы с Бетти и до этого разговаривали о ее отце, но никогда - так интенсивно и углубленно. Она как никогда ранее остро ощутила свою потерю и две недели почти непрерывно плакала. В этот период мы встречались три раза в неделю, и я пытался помочь ей понять причину ее горя. Отчасти она плакала из-за потери отца, но отчасти и потому, что считала жизнь отца трагедией: он так и не получил образования, как хотел (или как она хотела), он умер как раз незадолго до пенсии и не успел насладиться годами досуга, о которых мечтал. Но, как я заметил ей, ее описание жизни отца - большая семья, широкий круг общения, ежедневные посиделки с друзьями, его любовь к земле, служба во флоте в юности, его рыбалка по вечерам - все это давало представление о полной и насыщенной жизни, жизни в окружении людей, которые знали и любили его.

Когда я попросил Бетти сравнить жизнь отца со своей, она поняла, что ее сожаление было направлено не по адресу: это ее собственная жизнь, а не жизнь отца, была трагически неудачной. Но в какой мере ее горе было вызвано рухнувшими надеждами? Этот вопрос был особенно болезненным для Бетти, которая как раз в это время посетила гинеколога и узнала о том, что у нее эндокринное нарушение, которое не позволяет ей иметь детей.

В эти недели я чувствовал себя жестоким из-за той боли, которую причиняла ей наша терапия. Каждый сеанс был битвой, и часто Бетти покидала мой кабинет глубоко раненной. У нее начались острые приступы страха и ночные кошмары: Бетти, как она выразилась, она умирала по крайней мере трижды за ночь. Обычно она не запоминала сны, за исключением двух повторяющихся сновидений, которые начали преследовать ее еще в отрочестве, почти сразу же

после смерти отца. В одном она лежала парализованная в маленьком чулане, который замуровывали. В другом она лежала в больничной постели со свечой, горевшей у изголовья кровати. Она знала, что когда пламя погаснет, она умрет, и чувствовала себя беспомощной, глядя, как свеча становится все меньше и меньше.

Обсуждение смерти отца неизбежно разбудило в ней страх собственной смерти. Я попросил Бетти рассказать о своих первых переживаниях, связанных со смертью, и детских теориях смерти. Живя в деревне, она была близко знакома со смертью. Она наблюдала, как мать убивает кур, и слышала визг закалываемых поросят. Когда Бетти было девять лет, она была потрясена смертью бабушки. Как рассказывала ее мать (Бетти сказала, что не помнит этого), родители заверили ее, что умирают только пожилые люди, но потом она несколько недель приставала к ним с вопросами, сколько им лет, и заявляла, что не хочет стареть. А почти сразу же после смерти отца Бетти открыла истину о неизбежности своей собственной смерти. Она точно помнила, когда это произошло.

- Это было через два дня после похорон. Я все еще не ходила в школу. Учительница сказала, что я могу вернуться, когда почувствую, что готова. Я могла бы вернуться раньше, но считала, что это было бы неправильно. Меня беспокоило, что люди подумают, будто я недостаточно скорблю. Я бродила по полям позади дома. Было холодно - у меня изо рта шел пар - и трудно идти, потому что земля была вспахана и края борозды замерзли. Я думала о том, что отец лежит внизу, и о том, как ему должно быть холодно, и внезапно услышала откуда-то сверху голос, который сказал: "Ты следующая!"

Бетти остановилась и поглядела на меня.

- Думаете, я сумасшедшая?

- Нет, я уже говорил Вам, что у Вас нет к этому склонности. Она улыбнулась.

- Я никому никогда не рассказывала эту историю. Фактически я забыла ее и вспомнила только теперь.

- Думаю, хорошо, что Вы поделились со мной этим воспоминанием. Оно кажется мне важным. Расскажите подробнее о том, что значит "быть следующей".

- Как будто нет больше отца, который бы защитил меня. В каком-то смысле он стоял между мной и могилой. Когда его не стало, я оказалась следующей в очереди. - Бетти сгорбилась и поежилась. - Представьте себе, меня до сих пор охватывает ужас, когда я думаю об этом.

- А Ваша мать? Какое место она занимала?

- Как я уже говорила Вам раньше, она была далеко, далеко на заднем плане. Она готовила и кормила меня - она в самом деле делала это хорошо, - но она была слабой, и мне самой приходилось защищать ее. Вы можете представить себе техасца, который не умеет водить машину? Я начала водить в двенадцать лет, когда отец стал слишком слаб, потому что она боялась учиться.

- Итак, не было никого, кто защитил бы Вас?

- Именно в это время у меня начались кошмары. Этот сон со свечой - наверное, я видела его раз двадцать.

- Этот сон напомнил мне о том, что Вы сказали раньше о своем страхе потерять вес, чтобы не оказаться подверженной раку, как Ваш отец. Если свеча толстая, она дольше горит.

- Может быть, но это кажется немного надуманным. Я подумал, что это еще один хороший пример бесполезности любых интерпретаций - даже таких удачных, как эта. Пациенты, как и все люди, извлекают пользу только из тех истин, которые они открывают сами. Бетти продолжала:

- Однажды в тот год мне пришла в голову мысль, что я умру, не дожив до тридцати лет. Знаете, мне кажется, я все еще верю в это.

Эти разговоры разрушили ее отрицание смерти. Бетти почувствовала себя в опасности. Она все время боялась несчастного случая - когда вела машину, или каталась на велосипеде, или переходила улицу. Ее стала беспокоить непредсказуемость смерти. "Смерть может прийти в любой момент, - говорила она, - когда ее меньше всего ждешь". Годами ее отец копил деньги и мечтал съездить с семьей в Европу, а перед самым отъездом у него обнаружилась опухоль мозга. Смерть может поразить ее, меня, любого человека в любой момент. Может ли человек, могу ли я сам смириться с этой мыслью?

Я стремился к подлинному "присутствию" рядом с Бетти, и поэтому не мог уклоняться ни от одного из ее вопросов. Я рассказал ей о том, что мне тоже трудно смириться с мыслью о смерти; что, хотя реальность смерти нельзя отменить, можно существенно изменить наше отношение к ней. Мой личный и профессиональный опыт убедили меня в том, что страх смерти больше мучает тех, кто чувствует пустоту своей жизни. Я вывел формулу, которая гласит: человек боится смерти тем больше, чем меньше он по-настоящему проживает свою жизнь и чем больше его нереализованный потенциал.

Я обещал Бетти, что когда она будет жить более полной жизнью, ее страх смерти пройдет - частично, но не совсем. (Никто из нас не в силах окончательно преодолеть страх смерти. Это цена, которую мы платим за пробуждение своего самосознания.)

Иногда Бетти злилась на меня за то, что я заставил ее задуматься о смерти. "Зачем думать о смерти? Мы ничего не можем с ней поделать!" Я пытался помочь ей понять, что хотя факт смерти разрушает нас, идея смерти может нас спасти. Другими словами, осознание смерти открывает перед нами жизнь в новой перспективе и заставляет пересмотреть свои ценности. Карлос усвоил этот урок - именно это он имел в виду, когда сказал, что его жизнь спасена.

Мне казалось, что для Бетти важный урок, который она могла бы извлечь из осознания смерти, состоял в том, что жизнь нужно проживать сейчас; ее нельзя без конца откладывать. Было нетрудно продемонстрировать ей способы, которые она использовала, чтобы убежать от жизни: ее сопротивление сближению с другими (потому что она боялась отдаления); ее переедание и тучность, приводившие к тому, что большая часть жизни проходила мимо нее; избегание настоящего путем соскальзывания либо в прошлое, либо в будущее. Было также нетрудно доказать, что в ее силах изменить это положение. Фактически она уже начала это делать: с каждым днем она все больше мне нравилась!

Я попросил ее погрузиться в свое горе глубже, изучить и выразить все его обертона. Снова и снова я задавал ей один и тот же вопрос:

- Кого и что Вы оплакиваете? Бетти отвечала:

- Думаю, я оплакиваю любовь. Мой папа был единственным мужчиной, который обнимал меня, единственным человеком, который говорил мне, что любит меня. Я не уверена, что это повторится когда-либо в моей жизни.

Я знал, что мы приближаемся к территории, на которую я еще не отваживался ступить. Было трудно поверить в то, что меньше года назад мне было противно даже смотреть на Бетти. Сегодня я испытывал к ней теплоту и симпатию. Я долго подбирал подходящий ответ, но все же выразил меньше, чем хотел сказать:

- Бетти, быть или не быть любимой - зависит не только от случая. Вы намного больше, чем думаете, можете на это влиять. Сейчас Вы гораздо больше достойны любви, чем несколько месяцев назад. Я вижу и чувствую огромную перемену в Вас. Вы лучше выглядите, лучше относитесь к людям, Вы стали более симпатичной и привлекательной.

В выражении своих позитивных чувств ко мне Бетти была более откровенна, чем я, и поделилась фантазиями о том, что она станет психологом и мы вместе будем работать над исследовательским проектом. Другая фантазия - о том, что я мог бы быть ее отцом, - привела нас к обсуждению еще одного мучившего ее чувства. Наряду с любовью к отцу она испытывала также стыд за него: за его внешний вид (он был очень тучным), за отсутствие у него честолюбия, за его необразованность и невежество в обращении с людьми. Признавшись в этом, Бетти не выдержала и заплакала. Она сказала, что ей было трудно рассказать об этом, потому что она чувствовала стыд за свой стыд.

Подыскивая ответ, я вспомнил слова, которые мой аналитик Олив Смит сказала мне больше тридцати лет назад. (Я их хорошо запомнил, потому что это была единственная относительно личная - и самая действенная - фраза из всех, какие она произнесла за 600 часов.) Я был очень смущен после того, как наговорил ужасных вещей о своей матери, и тогда Олив Смит наклонилась над кушеткой и мягко сказала: "Наверное, это просто наш способ взрослеть".

Я сохранил эти слова в памяти и теперь, через тридцать лет, извлек этот дар и передал его Бетти. Десятилетия не ослабили силу этих слов: Бетти глубоко вздохнула, успокоилась и села на место. Я



добавил, что знаю по своему опыту, как тяжело детям, получившим образование, общаться потом со своими родителями - выходцами из самых низов.

Полтора года пребывания Бетти в Калифорнии подходили к концу. Она не хотела прерывать терапию и попросила свою компанию продлить ее командировку. Когда ей отказали, она попыталась найти работу в Калифорнии, но в конце концов решила вернуться в Нью-Йорк.

Какое неудачное время для прекращения терапии - в самый разгар работы над важными проблемами, когда Бетти остановилась. У отметки ста пятидесяти фунтов! Вначале я думал, что нет ничего хуже спешки. Но, поразмыслив, я понял, что Бетти смогла так глубоко войти в терапевтический процесс именно потому, что наше время было ограничено, а не вопреки этому. В психотерапии существует давняя традиция, восходящая к Карлу Роджерсу, а от него - к Отто Ранку, которая утверждает, что заранее установленная дата окончания терапии увеличивает ее эффективность. Если бы Бетти не знала о том, что время терапии ограничено, она могла бы, например, потратить больше времени на достижение внутренней решимости начать худеть.

Кроме того, было совершенно ясно, что мы могли бы продвинуться гораздо дальше. В последние месяцы Бетти, казалось, больше интересовалась решением уже открытых проблем, чем обнаружением новых. Когда я посоветовал ей продолжить терапию в Нью-Йорке и предложил назвать подходящего терапевта, она отвечала уклончиво, что не уверена, продолжит ли, что, быть может, сделано уже достаточно.

Были также и другие признаки того, что Бетти не хочет двигаться дальше. Хотя она больше не переедала, она уже не придерживалась диеты. Мы договорились сосредоточить усилия на сохранении ее нынешнего веса, ста шестидесяти фунтов, и, приняв это решение, Бетти сменила весь свой гардероб.

Вот ее сон, иллюстрирующий этот кризис терапии:

Мне приснилось, что я наняла маляров, чтобы покрасить фасад своего дома. Вскоре они окружили дом со всех сторон. У каждого

окна оказался человек с пульверизатором. Я быстро оделась и попыталась их остановить. Они красили все наружные стены дома.

На лестнице показались клубы дыма. Я увидела маляра с чулком на лице, разбрызгивающего краску внутри дома. Я сказала ему, что мне нужно было только покрасить фасад. Он возразил, что получил указание выкрасить все - и снаружи, и внутри. "Откуда этот дым?" - спросила я. Он сказал, что это бактерии, и добавил, что в кухне у меня рассадник смертельных бактерий. Я испугалась и продолжала повторять снова и снова: "Я только хотела покрасить фасад".

В начале терапии Бетти действительно хотела только "покрасить фасад", но неизбежно была вовлечена в глубокую перестройку всего интерьера своего дома. Кроме того, маляр-терапевт занес внутрь дома смерть - смерть ее отца, ее собственную смерть. Теперь, говорил этот сон, она зашла слишком далеко, пора было остановиться.

Когда мы приближались к последнему сеансу, я чувствовал облегчение, как будто у меня гора с плеч свалилась. Одна из аксиом психотерапии состоит в том, что сильные чувства, которые один из участников испытывает к другому, всегда так или иначе передаются, - если не вербально, то по каким-то другим каналам. Насколько помню, я всегда говорил студентам, что если какой-то серьезный аспект отношений замалчивается (либо терапевтом, либо пациентом), то никакие другие важные обсуждения становятся невозможны.

Однако я начал терапию с сильными отрицательными чувствами к Бетти - чувствами, которые я ни разу не обсуждал и о которых она так и не узнала. Несмотря на это, мы, несомненно, обсуждали важные вопросы и достигли прогресса в терапии. Неужели я опроверг закон? Или в терапии не существует "аксиом"?

Три наших последних сеанса были посвящены обсуждению сожалений Бетти о нашей предстоящей разлуке. Должно было произойти то, чего она боялась с самого начала: она позволила себе испытывать глубокие чувства ко мне и теперь должна была потерять меня. Какой смысл был вообще сблизиться со мной? Как она говорила вначале: "Если нет привязанности, нет и разлуки".

Меня не беспокоило воскрешение этих старых настроений. Во-первых, когда близится завершение терапии, пациенты переживают временный регресс (и это аксиома). Во-вторых, в терапии проблемы не разрешаются раз и навсегда. Наоборот, терапевт и пациент снова и снова возвращаются к ним, чтобы закрепить полученное знание - из-за этого психотерапию иногда называют "циклотерапией".

Я попытался побороть отчаянье Бетти и ее мнение, что раз она теряет меня, вся наша работа пойдет насмарку. Я напомнил ей, что ее изменение - не моя заслуга, а ее собственное достижение, и оно останется с ней. Например, если она смогла раскрыться передо мной больше, чем перед кем-либо раньше, она сохранит этот опыт вместе со способностью делать это и впредь. Чтобы доказать свою правоту, я попытался привести в пример самого себя.

- То же самое со мной, Бетти. Мне будет не хватать наших встреч. Но общение с Вами изменило меня...

Она плакала, опустив глаза, но при этих словах замолчала и с интересом посмотрела на меня.

- И, хотя мы больше не встретимся, это изменение сохранится во мне.

- Какое изменение?

- Ну, как я уже упоминал, у меня не было большого опыта с - э-э-э... - с проблемой полноты... - Я заметил, что в глазах Бетти мелькнуло разочарование, и отругал себя за такие безличные слова.

- Ну, я имел в виду, что раньше никогда не работал с полными пациентами, и я стал лучше понимать проблемы... - По выражению лица Бетти я понял, что ее разочарование усилилось. - Я имею в виду, что мое отношение к полноте сильно изменилось. Когда мы с Вами впервые встретились, я чувствовал себя с полными людьми неловко...

Бетти со своей обычной бесцеремонностью перебила меня:

- Ха-ха-ха! "Чувствовал себя неловко" - это мягко сказано. Вы знаете, что первые шесть месяцев Вы почти не смотрели на меня? А за все полтора года Вы ни разу - ни одного раза! - не дотронулись до меня, даже руки не пожали!

У меня ёкнуло сердце. Боже мой, она права! Я действительно ни разу не дотронулся до нее. Я просто этого не замечал. И подозреваю,

что действительно не слишком часто смотрел на нее. Я не ожидал, что она это заметит!

Я осекся.

- Знаете, психиатры обычно не дотрагиваются до своих...

- Позвольте мне перебить Вас до того, как Вы наговорите еще больше неправды и у Вас вырастет нос, как у Пиноккио. - Казалось, мое замешательство забавляет Бетти. - Я Вам намекну. Помните, я была в той же группе, что и Карлос, и мы часто болтали о Вас после сеанса.

О-хо-хо, теперь я убедился, что меня загнали в угол. Я не предусмотрел этого. Карлос, страдавший неизлечимым раком, был так одинок, его все избегали, и я решил поддержать его, изменив своей привычке не дотрагиваться до пациентов. Я пожимал ему руку в начале и в конце каждого сеанса и обычно, когда он покидал мой кабинет, клал ему руку на плечо. Однажды, когда ему сообщили, что болезнь распространилась на мозг, он зарыдал, и я обнял его.

Я не знал, что сказать. Я не мог объяснить Бетти, что случай Карлоса был особым, что он больше других в этом нуждался. Бог свидетель: она тоже в этом нуждалась. Я почувствовал, что краснею. Мне оставалось только сдать.

- Да, Вы нащупали одно из моих слабых мест! Это правда - или, точнее, было правдой, - что когда мы начали встречаться, Ваше тело было мне неприятно.

- Знаю, знаю. Оно не было слишком стройным.

- Скажите, Бетти, зная это - видя, что я не смотрю на Вас или чувствую себя неуютно с Вами, - почему Вы остались? Почему Вы не бросили ходить ко мне и не нашли кого-нибудь другого? Вокруг полно терапевтов. (Я не придумал ничего лучше, чем задать этот вопрос, чтобы скрыть свою неловкость.)

- Ну, я могу назвать по крайней мере две причины. Во-первых, вспомните, что я привыкла к этому. Я как бы и не ожидала ничего другого. Все так относятся ко мне. Люди ненавидят мой внешний вид. Никто никогда не дотрагивается до меня. Поэтому я была удивлена - помните? - когда мой парикмахер сделал мне массаж головы. И, хотя Вы на меня и не смотрели, Вы, по крайней мере, интересовались тем, что я говорила, - вернее, Вы интересовались тем, что я могла бы

сказать, если бы перестала Вас развлекать. Это в самом деле помогло мне. К тому же Вы не засыпали. Это был прогресс по сравнению с доктором Фабером.

- Вы сказали, было две причины.

- Вторая причина в том, что я могла понять Ваши чувства. Мы с Вами очень похожи - по крайней мере, в одном отношении. Помните, как Вы советовали мне вступить в Анонимные Обжоры? Познакомиться с другими полными людьми, найти друзей, ходить на свидания?

- Да, я помню. Вы ответили, что ненавидите группы.

- Да, это правда. Я действительно ненавижу группы. Но это не вся правда. Настоящая причина в том, что я не выношу толстых. Меня от них тошнит. Я не хочу, чтобы меня видели среди них. Как же я могу осуждать Вас за подобные чувства?

Когда часы показали, что мы должны заканчивать, мы сидели, как громом пораженные. Наши признания потрясли меня, и мне тяжело было прощаться. Мне не хотелось расставаться с Бетти. Я хотел продолжать беседовать с ней, продолжать узнавать ее.

Она собралась уходить, и я протянул ей руку - обе руки.

- О нет, нет! Я хочу, чтобы Вы меня обняли! Только так Вы можете заслужить прощение!

Когда мы обнялись, я с удивлением обнаружил, что мне удалось обхватить ее руками.

#### **4. "Не тот ребенок".**

Несколько лет назад, во время подготовки исследовательского проекта по изучению утраты, я поместил маленькую заметку в местной газете, которая заканчивалась следующим объявлением:

*"На первом, предварительном этапе исследования доктор Ялом хотел бы побеседовать с людьми, которым не удалось справиться со своим горем. Прошу добровольцев, готовых дать интервью, позвонить по тел. 555-63-52".*

Из тридцати пяти человек, откликнувшихся на объявление, Пенни была первой. Она сказала моей секретарше, что ей тридцать восемь

лет, она разведена, что четыре года назад она потеряла свою дочь и ей необходимо немедленно со мной поговорить. Хотя она работала по шестьдесят часов в неделю водителем такси, она подчеркнула, что сможет прийти для беседы в любое время дня и ночи.

Через двадцать четыре часа она сидела напротив меня. Крупная, сильная женщина с обветренным и изможденным лицом и независимым видом. Она производила впечатление очень упрямой, напомнив мне несгибаемую звезду 30-х годов Марджори Мэйн, сейчас уже давно умершую.

Тот факт, что Пенни переживала кризис (по крайней мере, она так утверждала), поставил меня перед дилеммой. Я не мог лечить ее; у меня не было свободных часов, чтобы принимать еще одну пациентку. Каждая свободная минута моего времени была посвящена завершению исследовательского проекта, срок сдачи отчета по которому неуклонно приближался. В то время это было самым неотложным делом моей жизни; именно поэтому я и искал добровольцев с помощью объявления. Кроме того, поскольку я уходил в трехмесячный отпуск, это было неподходящее время для начала курса психотерапии.

Чтобы избежать недоразумений, я решил, что лучше всего сразу выяснить вопрос с терапией - прежде чем углубляться в проблемы Пенни и даже прежде чем выяснять, почему через четыре года после смерти дочери ей необходимо было встретиться со мной немедленно.

Поэтому я начал со слов благодарности за то, что она вызвалась поговорить со мной в течение двух часов о своем горе. Я предупредил ее, что прежде чем она согласится продолжать, ей следует знать, что это исследовательское, а не терапевтическое интервью. Я даже добавил, что, хотя и существует шанс, что наш разговор будет ей полезен, возможно также, что он вызовет временное обострение. Однако, если я увижу, что терапия действительно необходима, я буду рад помочь ей подыскать терапевта.

Я остановился и посмотрел на Пенни. Я был очень доволен своими словами: я обезопасил себя и говорил достаточно ясно, чтобы предотвратить любые недоразумения.

Пенни кивнула. Она поднялась со стула. На мгновение я встревожился, решив, что она собралась уходить. Но Пенни просто расправила свою длинную джинсовую юбку, снова села и спросила, нельзя ли закурить. Я протянул ей пепельницу, она закурила и начала сильным глубоким голосом:

- Хорошо, мне нужно поговорить, но я не могу позволить себе терапию. Я стеснена в средствах. Я уже посещала двух дешевых терапевтов - один из них был еще студентом - в государственной клинике. Но они боялись меня. Никто не хочет говорить о смерти ребенка. Когда мне было восемнадцать лет, я ходила к женщине-консультанту в наркологическую клинику, которая сама была бывшей алкоголичкой, - она была хорошим консультантом, задавала верные вопросы. Может быть, мне нужен бедняга, потерявший ребенка. А, может быть, настоящий специалист. Я питаю большое уважение к Стэнфордскому университету. Вот почему я подпрыгнула, увидев объявление в газете. Я всегда думала, что моя дочь училась бы в Стэнфорде - если бы осталась жива.

Она смотрела прямо на меня и говорила резко. Я люблю резких женщин, и ее стиль мне понравился. Я заметил, что и сам стал говорить немного резче.

- Я помогу Вам говорить. И я могу задавать болезненные вопросы. Но я не намерен потом собирать Вас по кусочкам.

- Я Вас поняла. Помогите мне только начать. Я сама о себе позабочусь. С десяти лет я была самостоятельным ребенком и ходила со своим ключом.

- О'кей, начните с того, почему Вы хотели видеть меня немедленно. Моей секретарше показалось, что Вы в отчаянии. Что случилось?

- Несколько дней назад, когда я ехала домой с работы, - я заканчиваю примерно в час ночи - у меня произошло помрачение рассудка. Когда я очнулась, я ехала по встречной полосе и редела, как раненный зверь. Если бы навстречу попался какой-нибудь транспорт, меня бы здесь не было.

Вот так мы начали. Меня смутил образ женщины, ревущей, как раненный зверь, и я не мог сразу отделаться от него. Затем я начал задавать вопросы. Дочь Пенни, Крисси, заболела редкой формой

лейкемии в девять лет и умерла четыре года спустя, за день до своего тринадцатилетия. В течение этих четырех лет Крисси пыталась посещать школу, но почти половину всего времени была прикована к постели и ложилась в больницу каждые три или четыре месяца.

Как само заболевание, так и его лечение были крайне мучительны. За четыре года болезни она перенесла множество курсов химиотерапии, которые продлевали ей жизнь, но ослабляли и уродовали ее. Крисси сделали больше дюжины пункций и столько переливаний крови, что в конце концов не осталось ни одной нормальной вены. В последний год жизни врачи поставили ей постоянный внутривенный катетер, чтобы было легче контролировать состав ее крови.

Ее смерть была ужасной - я не могу себе представить, насколько ужасной, сказала Пенни. В этот момент она начала плакать. Верный данному обещанию задавать болезненные вопросы, я заставил ее рассказать, как ужасна была смерть Крисси.

Пенни хотела, чтобы я помог ей начать, и, по чистой случайности, мой вопрос вызвал поток чувств. (Позже я убедился, что причинил бы Пенни боль в любом случае, с чего бы ни начал.) В конце концов Крисси умерла от пневмонии; ее сердце и легкие не справились: она не могла дышать и захлебнулась собственным гноем.

Самое ужасное, сказала мне Пенни сквозь слезы, что она не может вспомнить смерть дочери: последние часы жизни Крисси выпали из ее сознания. Она помнит только, как собиралась в тот вечер лечь спать рядом с дочерью (во время госпитализации Крисси Пенни спала на кушетке рядом с ее постелью), а много позже - как сидела у изголовья кровати Крисси, обнимая свою мертвую дочь.

Пенни начала говорить о своей вине. Ее преследовала навязчивая мысль о том, как она вела себя во время смерти Крисси. Она не могла себе простить. Ее голос стал громким, а тон - самообвиняющим. Она говорила как прокурор, пытающийся убедить меня в чужой виновности.

- Можете представить, - восклицала она, - я даже не могу вспомнить, когда, я не могу вспомнить, как я узнала, что моя Крисси умерла!



Она была уверена и вскоре убедила меня в своей правоте, что вина за это постыдное поведение и была причиной, по которой она не могла отпустить Крисси, по которой ее горе было законсервировано на четыре года.

Я был вынужден придерживаться своей исследовательской задачи: узнать как можно больше о хроническом чувстве утраты и составить исследовательский протокол нашего интервью. Несмотря на это, возможно, из-за ее большой потребности в терапии, я обнаружил, что соскальзываю в терапевтический стиль. Поскольку чувство вины казалось основной проблемой, я решил за оставшееся время выяснить как можно больше о чувстве вины Пенни.

- Виновны в чем? - спросил я. - Каковы обвинения? Главное, в чем она себя обвиняла, - это что она не присутствовала в полной мере рядом с Крисси. Она играла, как она выразилась, во множество воображаемых игр. Она никогда не разрешала себе поверить в то, что Крисси умрет. Даже когда доктор сказал ей, что ее дочь чудом до сих пор жива, даже когда он абсолютно ясно дал ей понять, что от этой болезни не выздоравливают и что Крисси осталось жить совсем немного, Пенни отказывалась верить, что Крисси не поправится. Она была вне себя от ярости, когда доктор назвал ее последнюю пневмонию благословением, которому не нужно противиться.

Фактически даже сейчас, четыре года спустя, она не приняла смерть Крисси. Только неделю назад она "очнулась" у прилавка аптеки с подарком для Крисси в руке - плюшевой игрушкой. Однажды во время нашего с ней разговора она сказала, что Крисси "исполнится" семнадцать в следующем месяце, а не "исполнилось бы".

- Разве это такое уж преступление? - спросил я. - Разве надеяться - это преступление? Какая мать хотела бы верить в то, что ее ребенок умрет?

Пенни ответила, что действовала так не из любви к Крисси, а из эгоизма. Каким образом? Она никогда не помогала Крисси говорить о ее страхах и чувствах. Как могла Крисси говорить о смерти с матерью, которая притворялась, что этого не случится? Следовательно, Крисси вынуждена была оставаться одна со своими мыслями. Какая польза в том, что она спала рядом с дочерью? На самом деле она не была с ней

рядом. Самое страшное, что может случиться с человеком, - это умереть в одиночестве, и именно так она позволила умереть своей дочери.

Затем Пенни призналась мне, что глубоко верит в реинкарнацию. Эта вера возникла давно, когда она, бедная униженная, девочка-подросток, сильно страдала оттого, что оказалась обманута жизнью, и единственным утешением для нее стала мысль, что ей выпадет еще один шанс. Пенни знала, что в следующей жизни будет удачливее - возможно, богаче. Она знала также, что и у Крисси будет другая - более здоровая и счастливая жизнь.

Однако она не помогла Крисси умереть. Фактически Пенни была убеждена, что именно по ее вине Крисси умирала так долго. Ради своей матери Крисси оставалась здесь, продлевая свою боль и не получая облегчения. Хотя Пенни не помнила последних часов жизни Крисси, она была уверена, что не сказала ей то, что должна была сказать: "Иди! Иди! Пришло время тебе уходить. Тебе больше не нужно оставаться здесь ради меня".

Один из моих сыновей в то время был подростком, и, пока она говорила, я начал думать о нем. Смог бы я сделать это, отпустить его, помочь ему умереть, сказать ему: "Иди! Пришло время уходить"? Его сияющее лицо встало у меня перед глазами, и мной овладел приступ невыразимого ужаса.

"Нет!" - сказал я себе, встряхнувшись. Утонуть в эмоциях - это как раз то, что позволяли себе другие терапевты, которые не смогли ей помочь. Я понимал, что для того, чтобы работать с Пенни, я должен был привязать себя к мачте разума.

- Итак, насколько я понял, Вы говорите, что чувствуете себя виноватой по двум основным причинам. Во-первых, потому, что Вы не помогли Крисси поговорить о смерти, и, во-вторых, потому, что Вы слишком долго не отпускали ее.

Пенни кивнула, отрезвленная моим аналитическим тоном, и перестала плакать.

Ничто не создает лучше ощущения псевдобезопасности в психотерапии, чем сухое резюме, особенно содержащее перечень пунктов. Мои слова ободрили меня самого: проблема внезапно показалась более ясной, знакомой и гораздо более разрешимой.

Хотя мне не приходилось раньше работать с родителями, потерявшими ребенка, мне показалось, что я могу помочь ей, поскольку большая часть ее горя сводилась к чувству вины. А с этим чувством я был давно знаком как лично, так и профессионально.

Еще раньше Пенни сказала мне, что часто общается с Крисси, ежедневно посещает кладбище и проводит по часу в день, убирая ее могилу и разговаривая с ней. Пенни уделяла Крисси столько энергии и внимания, что ее брак распался и муж ушел от нее два года назад. Пенни сказала, что почти не заметила его ухода.

В память о Крисси Пенни оставила ее комнату нетронутой, сохранив все вещи и одежду на привычных местах. Даже ее последнее неоконченное домашнее задание лежало на столе. Только одно изменилось: Пенни забрала кровать Крисси в свою комнату и каждую ночь спала на ней. Позже, поговорив с другими пациентами, пережившими острую утрату, я понял, что такое поведение довольно распространено. Но тогда по своей наивности я подумал, что это болезненное преувеличение, с которым нужно бороться.

- Итак, Вы справляетесь со своим чувством вины, цепляясь за Крисси и не живя своей собственной жизнью?

- Я просто не могу ее забыть. Знаете, память нельзя просто включать и выключать.

- Отпустить ее - не значит забыть. И никто не требует от Вас отключать память. - Теперь я был убежден, что с Пенни нужно говорить напрямик: когда я становился резким, ее выносливость повышалась.

- Забыть Крисси - это то же самое, что признать, что я никогда не любила ее. Это как признаться в том, что твоя любовь к собственной дочери была чем-то временным - чем-то преходящим. Я ее не забуду.

- "Не забуду". Ну, это немного отличается от того, чтобы "отключать память". - Она проигнорировала сделанное мной различие между "отпустить" и "забыть", но я настаивал на нем. - Прежде чем отпустить Крисси, Вам нужно захотеть этого, быть готовой к этому. Давайте попробуем разобраться вместе. Представьте на минуту, что Вы цепляетесь за Крисси, потому что сами выбрали это. Зачем Вам это может быть нужно?

- Я не знаю, о чем Вы говорите.

- Да нет, Вы знаете! Ну, подумайте! Что Вы извлекаете из этого цепляния за Крисси?

- Я изменила ей, когда она умирала, когда нуждалась во мне. Я ни за что не изменю ей снова.

Хотя Пенни пока не поняла этого, существовало непримиримое противоречие между ее привязанностью к Крисси и ее верой в реинкарнацию. Горе Пенни было заперто, сдерживалось искусственно. Возможно, если она осознает это противоречие, ее горе снова обострится.

-- Пенни, Вы говорите с Крисси каждый день. Где она? Где она существует?

У Пенни округлились глаза. Никто никогда не задавал ей таких идиотских вопросов.

- В день ее смерти я перенесла ее дух обратно домой. Я могу почувствовать ее рядом со мной в машине. Вначале она была вокруг меня, иногда дома, в своей комнате. Затем, позже, я смогла установить с ней контакт на кладбище. Обычно она знала, что происходило в моей жизни, но хотела узнать о своих друзьях и братьях. Я поддерживала связи со всеми ее друзьями, чтобы рассказывать ей о них.

Пенни остановилась.

- А теперь?

- А теперь она уходит. И это хорошо. Это значит, она перерождается в новую жизнь.

- У нее осталась какая-то память об этой жизни?

- Нет. Она внутри другой жизни. Я не верю в это вранье о припоминании своих прошлых жизней.

- Итак, она должна быть свободной, чтобы начать новую жизнь, и все же какая-то часть Вас не хочет ее отпускать.

Пенни ничего не сказала, только пристально посмотрела на меня.

- Пенни, Вы суровый судья. Вы приговорили себя к пытке за преступление, которое состояло в том, что Вы не отпускали Крисси, когда она должна была умереть. Лично я думаю, что Вы судите себя слишком строго. Покажите мне родителя, который вел бы себя иначе. Должен сказать Вам, что если бы мой ребенок умирал, я не смог бы примириться с этим. Но мало того, что приговор суров, он к тому же

бессмысленно жесток по отношению к Вам. Похоже, что Ваше горе и чувство вины уже разрушили Ваш брак. А длительность наказания! Вот что меня действительно беспокоит. Наказание длится уже четыре года. Сколько еще? Год? Четыре? Десять? Пожизненно?

Я задумался, пытаюсь сообразить, как помочь ей понять, что она с собой делает. Она сидела неподвижно, уставившись на меня своими серыми глазами, и, казалось, почти не дышала. Сигарета дымилась в пепельнице у нее на коленях. Я продолжал:

- Пока я сидел здесь, пытаюсь понять все это, у меня возникла одна идея. Вы наказываете себя не за что-то, что Вы сделали раньше, четыре года назад, когда Крисси умирала. Вы наказываете себя за что-то, что Вы делаете сейчас, за что-то, что Вы продолжаете делать в этот самый момент. Вы цепляетесь за нее, пытаюсь удержать ее в этой жизни, хотя знаете, что она принадлежит иной. Позволить ей уйти не значит отказаться от нее или не любить ее, - как раз наоборот, это значит по-настоящему ее любить - любить так сильно, чтобы отпустить ее в другую жизнь.

Пенни продолжала пристально смотреть на меня. Она ничего не говорила, но, казалось, мои слова произвели на нее впечатление. В них чувствовалась сила, и я знал, что лучше всего будет просто молча посидеть рядом с ней. Но я решил добавить кое-что еще. Возможно, это был уже перебор.

- Вернитесь к тому моменту, когда Вы должны были помочь Крисси уйти, к тому мгновению, которое выпало из Вашей памяти. Где теперь это мгновение?

- Что Вы имеете в виду?

- Ну, где оно? Где оно существует? Пенни казалась возбужденной и встревоженной моим настойчивым выпытыванием.

- Я не знаю, что Вы имеете в виду. Это прошлое. Оно ушло.

- Существует ли какая-то память о нем? Например, у Крисси? Вы говорите, она забыла все следы этой жизни?

- Все это прошло. Она не помнит, я не помню. Так что...

- Так что Вы продолжаете мучиться из-за мгновения, которого нигде не существует, - "мгновения-фантома". Если бы Вам рассказали о ком-то другом, кто так поступает, думаю, Вы сочли бы его глупцом.

Обдумывая этот разговор задним числом, я нахожу в своих словах много софистики. Но в тот момент они казались верными и глубокими. Пенни, которая при своей прямолинейности всегда имела на все ответ, опять сидела молча, как будто в шоке.

Наши два часа подходили к концу. Хотя Пенни не просила о Дополнительном времени, было очевидно, что мы должны встретиться снова. Слишком много всего произошло: было бы профессионально безответственно не предоставить ей дополнительный час. Она, казалось, не удивилась моему предложению и сразу же согласилась встретиться на следующей неделе в это же время.

"Замороженное"- этот эпитет, часто применяемый к хроническому горю, оказался в данном случае очень точным. Тело немеет, лицо неподвижно, холодные надоедливые мысли заполняют мозг. Пенни была заморожена. Сможет ли наша встреча разбить ледяную корку? Я надеялся, что сможет. Я не имел представления о том, что в результате вырвется на свободу, но предвидел значительный прорыв и ждал ее следующего визита с большим любопытством.

Пенни начала этот сеанс с того, что тяжело рухнула в кресло и произнесла:

- Ну, парень, рада тебя видеть! Что за неделька была!

Она продолжала, с преувеличенным весельем сообщив мне хорошую новость: за последнюю неделю она чувствовала себя менее виноватой перед Крисси и меньше о ней думала. Плохая новость заключалась в том, что у нее произошла крупная ссора с Джимом, ее старшим сыном, и поэтому она всю неделю то злилась, то плакала.

У Пенни было двое сыновей, Brent и Джим. Оба успели бросить школу и нажить себе крупные неприятности. Шестнадцатилетний Brent отбывал срок в колонии для несовершеннолетних за участие в краже, а девятнадцатилетний Джим был уже хроническим наркоманом. Стычка с сыном произошла на следующий день после нашей встречи, когда Пенни узнала, что Джим последние три месяца не вносил плату за их место на кладбище.

Место на кладбище? Наверное, я ослышался и попросил повторить. Нет, все верно, она сказала "место на кладбище". Около пяти лет назад, когда Крисси была еще жива, но слабела, Пенни

подписала контракт на дорогой участок земли на кладбище - достаточно большой, заметила она (как будто это что-то объясняло), "чтобы собрать вместе всю семью". Все члены семьи - Пенни, ее муж Джеф и двое ее сыновей - согласились, после сильного давления с ее стороны, в течение семи лет вносить свою часть суммы.

Но, несмотря на их обещания, вся тяжесть выплат легла на плечи Пенни. Джеф ушел два года назад и не желает иметь с ней ничего общего - ни с живой, ни с мертвой. Ее младший сын, находящийся сейчас в заключении, естественно, не может вносить свою долю (раньше он выделял небольшую сумму из того, что ему удавалось заработать в свободное время). А теперь она обнаружила, что Джим лгал ей и не вносил свою плату.

Я хотел было обратить ее внимание, что довольно странно было с ее стороны ожидать от этих двух молодых людей, имевших, очевидно, больше чем достаточно проблем для своего возраста, готовности оплачивать свое место на кладбище. Но Пенни продолжала перечислять душераздирающие события недели.

На следующий день после ее стычки с Джимом его спрашивали двое мужчин, очевидно, торговцев наркотиками. Когда Пенни сказала им, что Джима нет дома, один из них приказал Пенни передать ему, чтобы он вернул деньги, которые задолжал, иначе пусть забудет о возвращении домой: никакого дома не будет.

Сейчас, сказала Пенни, для нее нет ничего важнее, чем ее дом. После смерти отца (ей тогда было восемь лет), мать перевозила ее и сестер с квартиры на квартиру по крайней мере раз двадцать, часто оставаясь на одном месте не больше двух-трех месяцев, пока их не выселяли за неуплату. Она поклялась тогда, что когда-нибудь у нее и у ее семьи будет настоящий дом, - и яростно боролась за свою мечту. Ежемесячный взнос был очень высоким, и после того как ушел Джеф, ей пришлось одной нести все расходы. Несмотря на сверхурочную работу, ей это с трудом удавалось.

Так что те двое зря так говорили с ней. После их ухода она несколько минут стояла в дверях ошеломленная; затем она стала проклинать Джима за то, что он тратил деньги на наркотики, а не на взнос за участок; и, наконец, по ее собственному выражению, она "совершенно вышла из себя" и погналась за ними. Они уже уехали, но

она прыгнула в свой мощный пикап и преследовала их на бешеной скорости по шоссе, пытаясь столкнуть на обочину. Пару раз ей удалось их стукнуть, и они оторвались только потому, что гнали со скоростью больше ста миль в час.

Затем она сообщила в полицию об угрозе (умолчав, естественно, о дорожном происшествии), и всю последнюю неделю ее дом находился под постоянным полицейским патрулированием. Джим пришел домой в тот же вечер, только немного позже, и, услышав о том, что произошло, быстренько побросал в рюкзак кое-какую одежду и покинул город. С тех пор она ничего о нем не слышала.

Хотя в словах Пенни не было слышно сожаления о том, как она себя вела, - наоборот, казалось, она рассказывает об этом с удовольствием, - все это ее, несомненно, сильно потрясло. Она чувствовала себя очень возбужденной, плохо и беспокойно спала и видела следующий замечательный сон:

Я брожу по комнатам какого-то старого учреждения. Наконец, я открываю дверь и вижу двух мальчиков, стоящих на возвышении, напоминающем сцену. Они кажутся похожими на моих сыновей, но у них длинные волосы, как у девочек, и одеты они в платья. Только все как-то неправильно: платья грязные и одеты наизнанку и задом наперед. Туфли тоже одеты не на ту ногу.

Я увидел в этом сновидении столько многообещающих намеков, что не знал, с чего начать. Во-первых, я подумал об отчаянных попытках Пенни удержать всех вместе, создать прочную семью, которой у нее никогда не было в детстве, и о том, как это вылилось в ее непреклонное решение купить дом и место на кладбище. А сейчас стало очевидно, что удержаться не удалось. Ее планы и ее семья разбились вдребезги: дочь умерла, муж ушел, один сын в тюрьме, другой - в бегах.

Мне оставалось только высказать вслух эти горькие мысли и посочувствовать Пенни. Мне очень хотелось оставить достаточно времени для обсуждения ее сна, особенно его последней части, касающейся двух ее маленьких детей. Первые сны, рассказываемые пациентами во время терапии, бывают особенно богаты деталями и часто способны прояснить очень многое.



Я попросил Пенни описать основные впечатления от этого сна. Она сказала, что проснулась в слезах, но старалась не сосредоточиваться на болезненном содержании сна.

- А как насчет двух маленьких мальчиков?

Она сказала, что было что-то трогательное и жалкое в том, как они были одеты, - туфли не на ту ногу, грязные платья наизнанку. А платья? Как насчет длинных волос и платьев? Пенни не могла объяснить это, разве что тем, что, может быть, вообще не стоило заводить мальчиков. Может быть, она хотела бы, чтобы они были девочками? Крисси была чудесным ребенком, хорошо училась, была красивой, музыкально одаренной. Крисси, как я догадывался, была тайной надеждой Пенни: именно она могла бы спасти семью от проклятья нищеты и преступлений.

- Да, - печально продолжала Пенни, - сон совершенно правильно изобразил моих сыновей - и одеты не так, и обуты не так. С ними вообще все не так - и всегда было. Они все время приносили только горе. У меня было трое детей: один ангел, а двое других - Вы только посмотрите на них: один в тюрьме, другой - наркоман. У меня было трое детей - и умер не тот. Пенни охнула и закрыла рот рукой.

- Я и раньше думала об этом, но никогда не говорила вслух.

- Как это звучит для Вас?

Она опустила голову, почти уронила ее на колени. Слезы стекали по ее лицу и капали на джинсовую юбку.

- Бесчеловечно.

- Нет, наоборот. Я слышу в этом лишь человеческие чувства. Может быть, они выглядят не слишком благородными, но так уж мы устроены. Имея трех таких детей, как у Вас, и оказавшись в подобной ситуации, какой родитель не почувствовал бы, что умер не тот ребенок? Черт возьми, любой подумал бы то же самое!

Я не знал, чем еще ей помочь, но она ничем не подтвердила, что слушает меня, и поэтому я повторил:

- Если бы я оказался в Вашей ситуации, я чувствовал бы то же самое.

Она по-прежнему не поднимала головы, только кивнула еле заметно.

Поскольку подходил к концу наш третий сеанс, было бессмысленно притворяться, что мы с Пенни не занимаемся терапией. Поэтому я открыто это признал и предложил ей встретиться еще шесть раз и попробовать сделать все, что в наших силах. Я подчеркнул, что из-за других обязательств и запланированных поездок мы не сможем увидеться после этих шести недель. Пенни приняла мое предложение, но сказала, что у нее большие проблемы с деньгами. Могли бы мы договориться о том, чтобы она вносила плату постепенно, в течение нескольких месяцев? Я заверил ее, что терапия будет бесплатной: поскольку мы начали встречаться в рамках исследовательского проекта, то с моей стороны было бы непорядочно изменить контракт и выставить ей счет.

Фактически мне было нетрудно принимать Пенни бесплатно: я хотел больше узнать об утрате, и она оказалась отличным учителем. Как раз на этом сеансе она подсказала мне идею, которая могла бы пригодиться в моей будущей работе с пациентами, пережившими утрату: прежде чем научиться жить с мертвыми, человек должен научиться жить с живыми. Казалось, что Пенни предстоит огромная работа над ее взаимоотношениями с живыми, - особенно с ее сыновьями и, возможно, с мужем. И я решил для себя, что именно этим мы займемся в оставшиеся шесть недель.

Умер не тот. Умер не тот. Следующие два наших сеанса состояли из многочисленных вариаций на эту болезную тему - процедура, известная профессионалам как "проработка" (working through). Пенни выражала глубокое негодование на своих сыновей - негодование не столько по поводу того, как они жили, сколько по поводу того, что они вообще жили. Только когда она осмелилась высказать все то, что чувствовала в течение последних восьми лет (с тех пор, как впервые услышала, что ее Крисси смертельно больна), - что она махнула рукой на своих сыновей, что Brent в шестнадцать лет уже безнадежен, что она годами молилась о том, чтобы тело Джима перешло к Крисси ("Зачем оно ему? Он все равно собирается убить его - либо наркотиками, либо СПИДом. Почему его тело нормально работает, а маленькое тело Крисси, которое она так любила, съедено раком?") - только после того, как Пенни высказала все это, она смогла остановиться и осмыслить все, что сказала.

Мне оставалось только сидеть и слушать и время от времени уверять ее, что это вполне человеческие чувства, и она - всего лишь человек, если думает так. Наконец, настало время перевести внимание на ее сыновей. Я стал задавать ей вопросы - сначала мягко, но постепенно все резче и резче.

Всегда ли ее сыновья были трудными? Родились ли они трудными? Что в их жизни могло подтолкнуть их к тому выбору, который они сделали? Что они испытывали, когда умирала Крисси? Насколько они были напуганы? Говорил ли кто-нибудь с ними о смерти? Как они отнеслись к покупке места для захоронения - места рядом с Крисси? Что они чувствовали, когда их бросил отец?

Пенни мои вопросы не понравились. Вначале они ее испугали, затем стали раздражать. Постепенно она начала понимать, что никогда не рассматривала то, что происходило в семье, с точки зрения своих сыновей. У нее никогда не было по-настоящему близких и теплых отношений с мужчиной, и, возможно, сыновья мстили ей за это. Мы поговорили о мужчинах в ее жизни: об отце (не оставившем следа в ее собственной памяти, но оживавшем в рассказах матери) - он предал ее, уйдя из жизни, когда ей было восемь лет; о любовниках ее матери - череде сомнительных ночных персонажей, исчезавших при свете дня; о первом муже, бросившем ее через месяц после свадьбы, когда ей было семнадцать лет; о втором - грубом алкоголике, покинувшем ее в горе.

Несомненно, в последние восемь лет она пренебрегала мальчиками. Пока Крисси болела, Пенни проводила с ней невероятно много времени. После смерти Крисси Пенни все еще не могла ничем помочь своим сыновьям: досада, которую она чувствовала по отношению к ним только потому, что они живы, а Крисси - нет, создавала между ними стену отчуждения. Ее сыновья выросли трудными и нелюдимыми, но однажды, прежде чем окончательно отвернуться от нее, они сказали, что нуждаются в ней: они хотели, чтобы она уделяла им тот час, который проводила каждый день на могиле Крисси.

Как подействовала смерть на ее сыновей? Мальчикам было восемь лет и одиннадцать, когда у Крисси началась смертельная болезнь. Они могли быть напуганы тем, что произошло с их сестрой;

они тоже могли тосковать по ней; они могли осознать неизбежность собственной смерти и прийти в ужас от этого - ни одну из этих возможностей Пенни никогда не рассматривала.

Был еще вопрос по поводу спальни ее сыновей. В маленьком домике Пенни было три маленькие спальни, и мальчики всегда жили вместе, а у Крисси была отдельная комната. Без сомнения, это возмущало их, пока Крисси была жива, но каким должно было быть их негодование теперь, когда Пенни отказалась отдать им комнату сестры после ее смерти? И что они чувствовали, видя листок с последней волей Крисси, в течение последних четырех лет приклеенный к холодильнику намагниченной железной клубничкой?

А представьте себе, как они должны были быть возмущены попыткой Пенни сохранить память о Крисси, продолжая, например, праздновать каждый год ее день рождения! А что она делала в их дни рождения? Пенни покраснела и буркнула неприветливо: "Обычные вещи". Я знал, что угадал.

Возможно, брак Пенни и Джефа с самого начала был обречен, но казалось понятным, почему окончательное расставание было ускорено именно горем. Пенни и Джеф переживали горе совершенно по-разному: Пенни погрузилась в воспоминания, а Джеф предпочитал подавление и отстранение. В данном случае неважно, были ли у них совпадения в чем-то другом: главное, что они совершенно не совпадали по своим способам переживания горя, каждый из них предпочитал делать нечто абсолютно неприемлемое для другого. Как мог Джеф забыть, если Пенни увешала все стены рисунками Крисси, спала в ее постели, превратила ее комнату в музей? Как могла Пенни выплеснуть свое горе, если Джеф отказывался даже говорить о Крисси, если он отказался (что вызвало ужасный скандал) через полгода после смерти Крисси посетить выпускную церемонию в ее классе?

На пятом сеансе наша работа над тем, как научиться лучше жить с живыми, была прервана неожиданным вопросом Пенни. Чем больше она думала о своей семье, о своей умершей дочери, о своих сыновьях, тем чаще спрашивала себя: "Для чего я живу? Какой в этом смысл?" Всю свою сознательную жизнь она руководствовалась одним принципом: обеспечить своим детям более достойную жизнь, чем у

нее. Но теперь, через двадцать лет, к чему она пришла? На что она потратила свою жизнь? И есть ли какой-то смысл продолжать сейчас в том же духе? Зачем гробить себя ради взноса за будущие похороны? Есть ли у всего этого будущее?

Таким образом, мы изменили курс. Мы ушли от обсуждения отношений Пенни с сыновьями и бывшим мужем и начали рассматривать другую важную составляющую родительской утраты - потерю смысла жизни. Потерять родителей или старого друга часто означает потерять прошлое: человек, который умер, может быть, был единственным свидетелем золотых дней далекого прошлого. Но потерять ребенка - значит потерять будущее: потерянное есть не что иное, как жизненный замысел - то, для чего человек живет, как он проецирует себя в будущее, как он надеется обмануть смерть (ведь ребенок - это залог нашего бессмертия). Таким образом, на профессиональном языке утрата родителей - это "утрата объекта" (где "объект" является важнейшей фигурой, конституирующей внутренний мир человека), в то время как утрата ребенка есть "утрата проекта" (утрата главного организующего жизненного принципа человека, определяющего не только зачем, но и как жить). Неудивительно, что потеря ребенка - это самая тяжелая утрата из всех и что многие родители скорбят и через пять, и через десять лет, а некоторые так и не могут оправиться.

Но мы не слишком далеко продвинулись в обсуждении жизненной цели (чего я особенно и не ожидал: отсутствие цели - это проблема жизни вообще, а не только чьей-то частной жизни), как Пенни снова сменила курс. К тому времени я стал уже привыкать, что на каждом сеансе ее интересует новая проблема. Дело не в том, что она была неспособна сосредоточиться на чем-то одном, как мне вначале казалось. Наоборот, она с редким мужеством вскрывала все новые и новые пласты своего горя. Как много пластов она еще мне откроет?

Она начала сеанс - седьмой, насколько я помню, - с рассказа о двух событиях: об одном ярком сновидении и о состоянии "помрачения сознания". Помрачение состояло в том, что она "очнулась" в аптеке (в той самой, где она уже однажды до этого

очнулась, держа плюшевую игрушку), плача и сжимая в руке документ об окончании школы.

Сновидение же, хотя и не было кошмаром, было наполнено тревогой и тоской:

Идет свадьба. Крисси выходит замуж за соседского парня - турка по национальности. Я должна переодеться. Я нахожусь в большом доме, имеющем форму подковы, со множеством маленьких комнат. Я открываю комнаты одну за другой, пытаюсь найти подходящее место, чтобы переодеться. Я все ищу и не могу найти нужную комнату.

И через некоторое время - еще один "запоздалый" фрагмент:

Я в большом поезде. Мы едем все быстрее и быстрее и поднимаемся высоко в небо по огромному мосту. Это очень красиво. Множество звезд. Где-то там, то ли как надпись, то ли просто мысленно (ведь я не могу прочесть его) возникает слово "эволюция", которое вызывает почему-то очень сильные эмоции.

Один из уровней сновидения относился к Крисси. Мы поговорили немного о том, что ее замужество в этом сне означает что-то плохое. Возможно, жених олицетворял смерть: было ясно, что совсем не замужества хотела Пенни для своей дочери.

А эволюция? Пенни сказала, что больше не чувствует связь с Крисси, когда посещает кладбище (теперь только два-три раза в неделю). Возможно, эволюция означает, предположил я, что Крисси действительно перешла в другую жизнь.

Возможно, но у Пенни было лучшее объяснение той тоски, которая охватила ее и во сне, и в состоянии помрачения сознания. Когда она пришла в себя в аптеке, у нее было острое чувство, что выпускной документ в ее руках - не Крисси (которая должна была бы в это время закончить школу), а ее собственный. Пенни так и не закончила школу, и Крисси должна была сделать это за них обеих (а также за них обеих поступить в Стэнфорд).

Сон о свадьбе и поиске гардеробной комнаты был, как думала Пенни, о ее собственных неудачных замужествах и ее нынешней попытке изменить свою жизнь. Ее ассоциации относительно здания во сне подтверждали эту версию: оно немного напоминало клинику, где располагался мой кабинет.

Эволюция тоже относилась не к Крисси, а к ней самой. Пенни была готова измениться и стать другой. Она страстно желала изменить свою судьбу и войти в приличное общество. Годами она слушала в своем такси кассеты для самообразования - о правильной речи, о великих книгах, о произведениях искусства. Она чувствовала себя способной, но никогда не развивала свои таланты, потому что с тринадцати лет вынуждена была зарабатывать себе на жизнь. Если бы только она могла перестать работать, начать делать что-то для себя, закончить школу, поступить на полное время в колледж, учиться и "взлететь" над всем этим (вот почему поезд во сне поднялся в небо)!

Акцент наших разговоров с Пенни стал меняться. Вместо того, чтобы говорить о трагедии Крисси, она в течение следующих двух часов описывала трагедию своей собственной жизни. Когда мы подошли к нашему девятому и последнему сеансу, я пожертвовал остатками своей твердости и предложил Пенни три дополнительные встречи, как раз перед самым моим отъездом в отпуск. По ряду причин мне было трудно прервать терапию: глубина ее страданий заставляла меня побыть с ней подольше. Я был встревожен ее клиническим состоянием и чувствовал себя ответственным за него: с каждой неделей, по мере появления нового материала, она становилась все более подавленной. Я был восхищен тем, как она использует терапию: у меня никогда не было столь продуктивно работавшего пациента. Наконец, надо все-таки честно признать, я был потрясен разворачивающейся передо мной драмой, каждую неделю демонстрирующей мне новый, волнующий и абсолютно непредсказуемый эпизод.

Пенни вспоминала свое детство в Атланте, штат Джорджия, как совершенно безрадостное и тоскливое. Ее мать, озлобленная, подозрительная женщина, надрывалась, чтобы одеть и накормить Пенни и двух ее сестер. Ее отец зарабатывал на жизнь посыльным в универмаге, но был, если верить оценкам матери, грубым и мрачный человеком, который умер от алкоголизма, когда Пенни было восемь лет. Когда это произошло, все изменилось. Не было денег. Мать работала прачкой по двенадцать часов в день и большинство ночей

проводила в местном баре, пытаясь подцепить мужика. Именно тогда у Пенни началась беспризорная жизнь.

С тех пор семья никогда больше не имела постоянного дома. Они переезжали из одной трущобы в другую, часто их выселяли за неуплату. Пенни начала работать в тринадцать лет, бросила школу в пятнадцать, стала алкоголичкой в шестнадцать, вышла замуж и развелась в восемнадцать, снова вышла замуж и сбежала на Западное побережье в девятнадцать, где и родила трех детей, купила дом, похоронила дочь, развелась с мужем и приобрела в кредит большой участок кладбищенской земли.

Я был особенно потрясен двумя главными темами в рассказе Пенни о своей жизни. Одна тема касалась ее невезения, того, что карты выпали неудачно для нее, когда ей было восемь лет. Всю последующую жизнь главным ее желанием как для себя, так и для Крисси, было, чтобы у нее денег "куры не клевали".

Другой темой было "бегство" - не только физическое бегство из Атланты, от своей семьи, от всего круга нищеты и алкоголизма, но и попытка избежать судьбы "сумасшедшей старухи", какой стала ее мать. Недавно Пенни узнала, что за последние несколько лет ее мать несколько раз попадала в психиатрическую больницу.

Избежать своей судьбы - судьбы своего социального класса и своей личной судьбы "бедной сумасшедшей старухи" - было главным мотивом жизни Пенни. Она пришла ко мне, чтобы избежать сумасшествия. Она сказала, что сможет позаботиться о том, чтобы избежать бедности. И действительно, именно стремление избежать своей судьбы подогрело ее трудовой энтузиазм и заставляло работать сверхурочно.

Ирония состояла еще и в том, что ее стремление избежать судьбы бедняка и неудачника было остановлено лишь еще более фатальным проявлением судьбы - конечностью жизни. Пенни значительно меньше, чем большинство из нас, осознавала неизбежность смерти. Она была воплощением активной личности - я вспомнил о ее погоне по шоссе за наркодельцами, - и одной из самых трудных вещей, с которыми ей пришлось столкнуться в связи со смертью Крисси, являлась ее собственная беспомощность.



Несмотря на то, что я привык к неожиданным саморазоблачениям Пенни, я не был готов к той бомбе, которую она взорвала на нашем одиннадцатом, предпоследнем сеансе. Мы говорили об окончании терапии, и она сказала, как привыкла к нашим встречам и как ей будет трудно прощаться со мной на следующей неделе, что эта потеря будет еще одной в списке ее утрат. И вдруг Пенни упомянула вскользь:

- Я когда-нибудь говорила Вам, что в шестнадцать лет родила близнецов?

Я хотел закричать: "Что? Близнецы? В шестнадцать лет? Что Вы подразумеваете под "Я когда-нибудь говорила Вам"? Черт возьми, Вы прекрасно знаете, что не говорили!" Но, имея в своем распоряжении лишь остаток этого сеанса и следующий, я вынужден был проигнорировать способ, каким она сделала это признание, и заняться самой новостью:

- Нет, никогда. Просветите меня.

- Ну, я забеременела в 15 лет. Поэтому я и бросила школу. Я никому не говорила, пока не стало слишком поздно что-либо делать, и пришлось рожать. Это оказались девочки-близнецы.

Пенни остановилась - у нее запершило в горле. Очевидно, говорить об этом было намного труднее, чем она пыталась изобразить.

Я спросил, что случилось с близнецами.

- Служба социального обеспечения признала меня неспособной быть матерью - полагаю, они были правы, - но я отказалась отдать детей и попыталась заботиться о них сама, однако через полгода их все-таки забрали. Я навещала их пару раз, пока их не пристроили. С тех пор я ни разу ничего о них не слышала. Никогда не пыталась ничего выяснить. Я уехала из Атланты и никогда не оглядывалась назад.

- Вы часто думаете о них?

- Раньше нет. Я вспоминала о них всего пару раз после смерти Крисси, а в последние две недели я думаю о них постоянно. Где они, как они поживают, богаты ли они? Это было единственное, о чем я просила агентство по усыновлению. Они сказали, что постараются. Сейчас я все время читаю в газетах истории о бедных матерях,

продающих детей богатым семьям. Но что, черт возьми, я знала тогда?

Мы провели остаток предпоследнего и часть последнего сеанса, обсуждая подробности этой новой информации. Любопытно, но ее признание помогло нам найти способ окончания терапии, поскольку позволило замкнуть круг, вернув нас к началу нашей совместной работы, к ее до сих пор не разгаданному сну, в котором двое ее маленьких сыновей, одетых как девочки, были выставлены на обозрение в учреждении. Смерть Крисси и разочарование Пенни в своих сыновьях должны были обострить ее скорбь об оставленных девочках, должны были заставить ее почувствовать, что не только не тот ребенок умер, но и не те дети были отданы на усыновление.

Я спросил, чувствует ли она вину за то, что оставила своих детей. Пенни ответила, что объективно то, что она сделала, было лучше и для нее, и для них. Если бы в шестнадцать лет ей пришлось растить двух детей, она опустилась бы до той жизни, какую вела ее мать. И это было бы кошмаром для детей; она ничего не могла бы дать им как мать-одиночка.

Тут я понял наконец, почему Пенни откладывала разговор о своих близнецах. Ей было стыдно сказать мне, что она не знает, кто их отец. В то время она вела крайне беспорядочную половую жизнь; фактически она была "потаскухой из школьного туалета" (ее выражение), и отцом мог быть любой из десяти парней. Никто в ее нынешней жизни, даже муж, не знал ни о ее прошлом, ни о близнецах, ни о ее школьной репутации - от этого она тоже пыталась убежать.

Пенни закончила сеанс словами:

- Вы единственный человек, который это знает.
- Что Вы чувствуете, рассказывая мне об этом?
- У меня смешанное чувство. Я много думала о том, чтобы рассказать Вам. Я разговаривала с Вами всю неделю.
- Что значит смешанное?
- Страшно, хорошо, плохо, высоко, низко, - выпалила Пенни. Не выдержав обсуждения более тонких чувств, она начала раздражаться. Но потом прислушалась к себе и успокоилась.

- Вероятно, я боюсь, что Вы осудите меня. Я хочу, чтобы во время нашей последней встречи на следующей неделе Вы все еще уважали меня.

- А Вы сомневаетесь в моем уважении?

- Откуда мне знать? Вы только и делаете, что задаете вопросы. Она была права. Мы подошли к концу нашего одиннадцатого сеанса - у меня больше не было времени увиливать.

- Не беспокойтесь об этом, Пенни. Чем больше я узнаю Вас, тем больше Вы мне нравитесь. Я полон восхищения тем, что Вам удалось преодолеть и совершить в жизни.

Пенни разрыдалась. Она показала на часы, напоминая, что наше время истекло, и выскочила из кабинета, прикрыв лицо салфеткой.

Через неделю на нашей последней встрече я узнал, что рыдания продолжались почти всю неделю. По дороге домой после предыдущего сеанса Пенни зашла на кладбище, села напротив могилы Крисси и, как она часто делала, стала оплакивать свою дочь. Но в тот день слезы никак не кончались. Она легла на землю, обняв надгробие Крисси, и рыдала все сильнее и сильнее - уже не только о Крисси, но и обо всех остальных - обо всех, кого она потеряла.

Она оплакивала своих сыновей, их изуродованные жизни, навсегда упущенные годы. Она оплакивала двух потерянных дочерей, которых никогда не знала. Своего отца - каким бы он ни был. Даже свою старую нищую мать и сестер, которых она вычеркнула из своей жизни двадцать лет назад. Но больше всего она оплакивала себя - ту жизнь, о которой мечтала, но которой никогда не имела.

Вскоре наше время истекло. Мы встали, подошли к двери, пожали друг другу руки и расстались. Я наблюдал, как она спускается по лестнице. Она заметила это, повернулась ко мне и сказала:

- Не беспокойтесь обо мне. Со мной все будет хорошо. Помните, - она показала на серебряную цепочку у себя на шее - я всегда была ребенком со своим ключом.

## **Эпилог.**

Я еще раз встречался с Пенни год спустя, когда вернулся из отпуска. К моему облегчению, ей стало намного лучше. Хотя она и

уверяла меня, что с ней все будет в порядке, я очень волновался за нее. У меня никогда не было пациентки, которая была бы готова раскрыть столь болезненный материал за такое короткое время. Которая бы так шумно плакала. (Моя секретарша, стол которой в соседней комнате, обычно уходила на длительный обеденный перерыв во время моих сеансов с Пенни.)

На первом сеансе Пенни сказала: "Помогите мне только начать. Об остальном я сама позабочусь". В результате так и получилось. В течение года после наших встреч Пенни не консультировалась с тем терапевтом, которого я ей рекомендовал, а продолжала работать самостоятельно.

На нашем последнем сеансе стало ясно, что ее горе, которое вначале было таким жестким и застывшим, стало более подвижным. Пенни все еще оставалась одержимой, но демоны терзали теперь ее настоящее, а не прошлое. Теперь она страдала не оттого, что забыла обстоятельства смерти Крисси, а из-за того, что пренебрегала своими сыновьями.

Фактически ее поведение по отношению к сыновьям было наиболее ощутимым показателем перемен. Оба ее сына вернулись домой, и, хотя их конфликты с матерью не прекратились, характер их изменился. Пенни теперь ругалась с ними не из-за взноса за место на кладбище и празднования дня рождения Крисси, а из-за аренды Brentom пикапа и неспособности Джима удержаться на работе.

Кроме того, Пенни продолжала отделять себя от Крисси. Ее визиты на кладбище стали более редкими и короткими; она отдала большую часть одежды и игрушек Крисси и разрешила Brentu занять ее комнату; она сняла завещание Крисси с холодильника, перестала звонить ее друзьям и воображать себе события, которые могла бы пережить Крисси, если бы была жива, - например, ее выпускной бал или поступление в колледж.

Пенни выстояла. Думаю, я не сомневался в этом с самого начала. Я вспомнил нашу первую встречу и свою озабоченность тем, как бы не "влипнуть" и не начать заниматься с ней терапией. Но Пенни добилась того, чего хотела: прошла бесплатный курс терапии у профессора Стэнфордского университета. Как это произошло? Просто так получилось? Или я подвергся искусной манипуляции?

Или, может быть, я сам манипулировал? На самом деле это неважно. Я ведь тоже извлек немалую пользу из наших отношений. Я хотел больше узнать об утрате, и Пенни, всего за двенадцать часов, открывая слой за слоем, обнажила передо мной самую сердцевину горя.

Во-первых, мы обнаружили чувство вины - состояние, которого не избежал почти никто из родителей погибшего ребенка. Пенни испытывала вину за свою амнезию, за то, что не поговорила со своей дочерью о смерти. Другие родственники погибших испытывают вину за что-то другое: за то, что недостаточно сделали, не оказали вовремя медицинскую помощь, мало заботились, мало ухаживали. Одна моя пациентка, исключительно заботливая жена, неделями почти не отходившая от постели своего мужа в течение последней госпитализации, несколько лет не могла простить себе, что вышла купить газету и не была с ним в последние минуты.

Чувство, что ты должен был сделать что-то большее, отражает, как мне кажется, скрытое желание контролировать неконтролируемое. В конце концов, если человек виноват в том, что не сделал что-то, что должен был сделать, то из этого следует, что нечто можно было сделать - удобная мысль, отвлекающая нас от нашей жалкой беспомощности перед лицом смерти. Закованные в искусно выстроенную иллюзию безграничных возможностей, мы все, по крайней мере до наступления кризиса середины жизни, уповаем на то, что наше существование - бесконечно восходящая спираль достижений, зависящих только от нашей воли.

Эта удобная иллюзия может разбиться о какое-нибудь острое и непроходящее переживание, которое философы иногда называют "пограничным состоянием". Из всех возможных пограничных состояний ни одно - как в истории Карлоса ("Если бы насилие было разрешено...") - не сталкивает нас столь грубо с конечностью и случайностью (и ни одно не способно вызвать столь внезапные и драматические личностные изменения), как неизбежность нашей собственной смерти. Другое пограничное переживание, которое невозможно игнорировать, - это смерть значимого другого - любимого мужа, жены или друга, - которая разбивает иллюзию нашей собственной неуязвимости. Для большинства людей самая

невыносимая потеря - это смерть ребенка. В этом случае жизнь, кажется, дает трещины со всех сторон: родители чувствуют свою вину и страх за собственную беспомощность; они озлоблены на бездействие и кажущуюся бесчувственность медиков; они могут роптать на несправедливость Бога и вселенной (многие, в конце концов, приходят к пониманию того, что нечто, казавшееся раньше справедливостью, на самом деле космическое равнодушие). Родители, потерявшие детей, сталкиваются с неотвратимостью собственной смерти: они не могли уберечь своего беззащитного ребенка и с неумолимой неизбежностью понимают горькую истину, что и они, в свою очередь, ничем не защищены. "И поэтому, - как сказал Джон Донн, - никогда не спрашивай, по ком звонит колокол, - он звонит по тебе".

Хотя страх Пенни перед своей собственной смертью и не проявился открыто в нашей терапии, он обнаружил себя косвенно. Например, она очень беспокоилась об "уходящем времени" - слишком мало времени у нее осталось, чтобы получить образование, взять отпуск, оставить после себя наследство; и слишком мало времени, чтобы завершить нашу совместную работу. Кроме того, в самом начале терапии она обнаружила очевидное доказательство страха смерти в сновидениях. Два раза ей снилось, что она тонет: в первом сне она хватается за хлипкие плавучие доски, а уровень воды неумолимо приближается к ее рту; в другом она цепляется за тонущие остатки своего дома и зовет на помощь доктора, одетого в белый халат, который, вместо того чтобы вытащить ее, ставит штамп на ее пальцы.

Работая с этими снами, я не обращался к ее представлениям о смерти. Двенадцать часов терапии - слишком короткий срок, чтобы определить, выразить и конструктивно проработать страх смерти. Вместо этого я использовал материал сновидений, чтобы исследовать темы, уже всплывшие в ходе нашей работы. Такое прагматическое использование сновидений типично для терапии. Сновидения, как и симптомы, не имеют однозначного объяснения: они множественно детерминированы и содержат множество смысловых уровней. Никогда нельзя проанализировать сон до конца; большинство психотерапевтов используют сны, исходя из их

целесообразности, разрабатывая те темы сновидения, которые соответствуют текущей стадии терапевтической работы.

Поэтому я сосредоточился на теме потери дома и размывания всех оснований ее жизни. Я также использовал эти сны для работы с нашими отношениями. Погружение в глубокую воду часто означает во сне акт погружения в глубины бессознательного. И, конечно, именно я был тем доктором в белом халате, который вместо того, чтобы помочь ей, штамповал ее пальцы. Обсуждая этот сон, Пенни в первый раз призналась, что ей не хватает моей поддержки и моего руководства, и возмутилась моими попытками рассматривать ее не как пациентку, а как объект исследования.

Я использовал рациональный подход, работая с ее чувством вины и ее цеплянием за память о дочери: я указал ей на противоречие между ее поведением и ее верой в реинкарнацию. Хотя такая апелляция к разуму редко бывает эффективной, Пенни была на редкость собранным и сильным человеком, чтобы отреагировать на убедительные доводы.

На следующей стадии терапии мы пытались воплотить идею о том, что "прежде чем научиться жить с умершими, нужно научиться жить с живыми". Сейчас я уже не помню, чьи это были слова - мои, Пенни или совместные - но я уверен, что именно она помогла мне осознать важность этого правила.

Во многих отношениях именно ее сыновья были подлинными Жертвами трагедии - что часто случается с братьями и сестрами погибших детей. Иногда, как в семье Пенни, оставшиеся в живых дети страдают из-за того, что слишком много родительского внимания уделяется умершему ребенку, которого боготворят и идеализируют. Некоторые дети начинают испытывать ненависть к своим умершим брату или сестре за то, что те отбирают у них время и энергию их родителей. Часто ненависть и возмущение существуют бок о бок с их собственным горем и сочувствием родителям. Такая комбинация является верным рецептом возникновения у ребенка стойкого чувства вины и собственной никчемности.

Другой возможный сценарий, которого Пенни, к счастью, избежала, - немедленное рождение другого ребенка взамен умершего. Обстоятельства порой благоприятствуют такому развитию

событий, но в результате часто больше проблем возникает, чем решается. Во-первых, это может разрушить отношения с другими детьми. Кроме того, "замещающий" ребенок тоже страдает, особенно если горе родителей осталось неразрешенным. Ребенку довольно трудно расти, неся на себе груз родительских надежд на то, что он достигнет тех целей, которых им не удалось реализовать в жизни, и дополнительное бремя - быть воплощением духа умерших брата или сестры - может разрушить тонкий процесс формирования детской индивидуальности.

Еще один типичный сценарий - преувеличенная забота родителей об оставшихся детях. Я узнал впоследствии, что Пенни пала жертвой этого развития событий: она стала беспокоиться о том, как бы с ее сыновьями не произошло дорожное происшествие, не хотела давать им свой пикап и наотрез запретила купить мотоцикл. Кроме того, она настаивала на том, чтобы они постоянно проходили медицинское обследование по поводу рака.

При обсуждении ее сыновей я чувствовал, что мне следует действовать осторожно, и довольствовался тем, что помогал ей взглянуть на смерть Крисси с их точки зрения. Я не хотел, чтобы чувство вины Пенни, так долго ее мучившее, "открыло" для себя новый объект и стало терзать ее за пренебрежение своими мальчиками. В конце концов, через несколько месяцев оно у нее все-таки возникло, но к тому времени она уже была более способна справиться с ним, изменив свое отношение к детям.

Судьба брака Пенни, к сожалению, очень типична для семей, потерявших ребенка. Исследование показало - вопреки ожиданию, что трагическая смерть ребенка сплотит семью, - что у многих родителей, потерявших детей, возрастает неблагополучие в браке. Последовательность событий в браке Пенни стереотипна: муж и жена переживают горе по-разному - фактически диаметрально противоположным образом; они часто неспособны понять друг друга; скорбь одного мешает скорби другого, вызывая трения, отчуждение и, наконец, разрыв.

Терапия может многое предложить родителям, переживающим горе. Супружеская терапия может выявить источники напряжения в браке и помочь каждому из партнеров понять особенности



переживания горя другим. Индивидуальная терапия может помочь смягчить разрушительные страдания. Хотя я всегда осторожно отношусь к обобщениям, но в этом случае обычно срабатывают стереотипы мужественности и женственности. Многие женщины, как Пенни, нуждаются в том, чтобы уйти от навязчивого выражения своей утраты и вернуться к заботам о живых, к планам на будущее, ко всему, что может внести смысл в их собственную жизнь. Мужчин обычно нужно учить выразить и разделять с другими свою печаль (а не подавлять и отрицать ее).

На следующей стадии проработки своего горя Пенни с помощью двух сновидений - о парящем поезде и эволюции и о свадьбе и поиске гардеробной - пришла к исключительно важному открытию, что ее скорбь о Крисси была смешана с ее скорбью о самой себе и своих нереализованных желаниях и возможностях.

Окончание наших отношений привело Пенни к обнаружению последнего пласта горя. Она боялась окончания терапии по нескольким причинам: естественно, она лишилась бы моей профессиональной поддержки и меня лично - в конце концов, я был первым мужчиной, которому она доверяла и от которого приняла помощь. Но, кроме того, сам факт окончания работы вызвал живые воспоминания обо всех мучительных утратах, которые она пережила, но никогда не разрешала себе до конца прочувствовать и оплакать.

Тот факт, что большая часть открытий Пенни во время терапии произошли по ее собственной инициативе и были ее собственным достижением, служит важным уроком для терапевтов, напоминая утешительную мысль, которой поделился со мной мой учитель в самом начале моего обучения: "Помни, ты не должен делать всю работу. Ограничивайся тем, что помогаешь пациентам понять, что нужно делать, и затем доверься их собственному стремлению к изменению".

## **5. "Я никогда не думала, что это может случиться со мной".**

Я поздоровался с Эльвой в своей приемной, и мы вместе прошли несколько шагов до моего кабинета. Что-то произошло. Она была сегодня другой, ее походка казалась неуверенной, робкой и вялой. За последние несколько недель в ее шагах появилась упругость, но сегодня Эльва опять напоминала несчастную усталую женщину, которую я впервые увидел восемь месяцев назад. Я помню ее первые слова: "Думаю, мне нужна помощь. Жизнь кажется никчемной. Мой муж уже год как умер, но мне по-прежнему все так же тяжело. Может быть, я плохо приспосабливаюсь".

Но она приспосабливалась совсем неплохо. На самом деле терапия была довольно успешной - быть может, шла даже слишком гладко. Что могло отбросить ее так далеко назад?

Садясь, Эльва вздохнула и сказала:

- Я никогда не думала, что это может случиться со мной.

Ее ограбили. По ее описанию выходило, что это обычная кража сумочки. Грабитель, вероятно, присмотрел ее в прибрежном ресторане в Монтрей и заметил, как она расплачивается наличными за трех подруг - пожилых вдов. Должно быть, он последовал за ней на стоянку, неожиданно нагнал ее (звук его шагов заглушался шумом волн), не замедляя шага, выхватил сумочку и прыгнул в стоявшую неподалеку машину.

Эльва, несмотря на свои больные ноги, помчалась обратно в ресторан, чтобы позвать на помощь, но, разумеется, было уже поздно. Спустя несколько часов полиция нашла ее пустую сумочку, валявшуюся в придорожных кустах.

Триста долларов значили для нее довольно много, и несколько дней Эльва сокрушалась о потерянных деньгах. Постепенно эти сожаления рассеялись, и на их месте остался горький осадок - осадок, выразившийся фразой: "Я никогда не думала, что это может случиться со мной". Вместе с сумочкой и тремя сотнями долларов у Эльвы отняли иллюзию - иллюзию ее личной исключительности. Она всегда жила в привилегированном мире, вне неприятностей, противных неудобств, сопровождающих жизнь обычных людей - всех этих бедолаг со страниц бульварных газет и из теленовостей, которые попадают под машины и подвергаются нападениям грабителей.

Ограбление все изменило. Исчезли уют и легкость жизни, исчезло чувство безопасности. Ее дом раньше всегда нравился ей своим пушистым ковром, подушками, удобством, уютным садиком. Теперь она видела только двери, замки, охранную сигнализацию и телефон. Она всегда прогуливала свою собаку в шесть утра. Утренняя тишина теперь казалась ей угрожающей. Они с собакой останавливались и напряженно вслушивались в ожидании опасности.

Во всем этом не было ничего исключительного. Эльва получила психологическую травму и теперь страдала от обычного посттравматического стресса. После несчастного случая или нападения большинство людей чувствуют себя беззащитными, у них снижается порог тревожности, они становятся сверхбдительными. Постепенно время стирает память о событии, и жертвы в конце концов возвращаются в свое прежнее доверчивое состояние.

Но для Эльвы это было больше, чем просто нападение. Ее представление о мире дало трещину. Она раньше часто заявляла: "Пока у человека есть глаза, уши и рот, с ним можно подружиться". Но теперь нет. Теперь она потеряла веру в добродетель и в свою личную неуязвимость. Она чувствовала себя голой, обыкновенной и беззащитной. Истинное значение этого ограбления было в том, что оно разбивало иллюзию и в очень грубой форме подтверждало факт смерти ее мужа.

Конечно, она знала, что Альберт умер. Умер и лежит в могиле уже полтора года. Она прошла весь скорбный вдовий путь - через постановку онкологического диагноза, через ужасную, тошнотворную химиотерапию, их последний маршрут по Эль Кампио Реал, больничную кровать дома, похороны, разбор бумаг, все более редкие приглашения на обед, клубы вдов, долгие одинокие ночи. Через всю катастрофу утраты.

Однако, несмотря на это, Эльва сохранила подспудное чувство, что существование Альберта продолжается, и поэтому чувствовала себя исключительной и защищенной. Она продолжала жить "как вели бы" - как если бы мир был безопасен, как если бы Альберт был здесь, в мастерской за гаражом.

Я говорю не о заблуждении. Рационально Эльва знала, что Альберт умер, но продолжала вести обычную, повседневную жизнь

под покровом иллюзии, которая притупляла боль и смягчала слишком резкую правду. Более сорока лет назад она заключила с жизнью контракт, происхождение и формулировка которого стерлись временем, но основа которого оставалась ясной: Альберт будет всегда заботиться об Эльве. На этой бессознательной предпосылке Эльва выстроила весь свой гипотетический мир - мир безопасности и благодушия.

Альберт был мастером на все руки. Он был кровельщиком, автомехаником, вообще умельцем; он мог починить все что угодно. Вдохновленный газетной или журнальной фотографией какого-нибудь предмета мебели или другой штуковины, он мог отправиться в мастерскую и сделать такую же. Будучи безнадежно неумелым в мастерской, я слушал с завистью и восхищением. Сорок один год жизни с таким умельцем - это действительно полный комфорт. Было нетрудно понять, почему Эльва цеплялась за ощущение, что Альберт все еще здесь, в мастерской, заботится о ней, чинит вещи. Как можно отказаться от этого? Почему она должна отказываться? Эта память, подкрепленная опытом сорока одного года, оплели Эльву коконом, укрывавшим ее от реальности - до тех пор, пока у нее не украли сумочку.

При нашей первой встрече с Эльвой восемь месяцев назад я нашел в ней мало привлекательного. Она была приземистой, неприятной женщиной, одновременно напоминавшей гнома, ведьму и жабу, причем эти три части плохо сочетались между собой. Меня ужасала ее лицевая пластика: она подмигивала, гримасничала и вращала глазами как поодиночке, так и двумя сразу. Ее лоб казался живым из-за огромных волнообразных морщин. Ее язык, который все время был на виду, постоянно менял размеры, когда метался туда-сюда или облизывал ее влажные, подвижные, гуттаперчевые губы. Я помню, что меня позабавило, когда я представил себе ее знакомство с пациентами, долгое время принимающими транквилизаторы, у которых развивается дискинезия (вызванное медикаментами нарушение лицевой мускулатуры). Эти пациенты сразу же глубоко обиделись бы на нее, так как решили бы, что она их передразнивает.

Но что мне и правда не нравилось в Эльве, так это ее озлобленность. Она была полна гнева и на наших первых сеансах

говорила что-нибудь злое обо всех, кого знала - конечно, за исключением Альберта. Она ненавидела друзей, которые больше не приглашали ее. Она ненавидела тех, кто не хотел оставить ее в покое. Ей было все равно, принимали ее или отвергали: в каждом она находила нечто, за что его можно было ненавидеть. Она ненавидела докторов, которые говорили ей, что Альберт умирает. Но еще больше она ненавидела тех, кто давал ей ложную надежду.

Первые часы были тяжелым испытанием для меня. В юности я слишком много времени провел, молча ненавидя злобный тон моей матери. Я помню, как играл в детстве в воображаемую игру, пытаюсь выдумать кого-то, к кому бы она не испытывала ненависти: добрую тетюшку? Дедушку, который рассказывал ей сказки? Старшего друга, который защищал бы ее? Но я не мог найти никого. За исключением, разумеется, моего отца, который в самом деле был частью ее, ее рупором, ее анимусом, ее творением, не способным (согласно первому закону робототехники Азимова) повернуться против своего создателя, несмотря на все мои мольбы о том, чтобы он хотя бы раз - всего лишь раз, ну пожалуйста, папа! - огрызнулся на нее.

Все, что мне оставалось делать, - это терпеть присутствие Эльвы, выслушивать ее, как-то просиживать положенный час и использовать всю свою изобретательность, чтобы найти какие-то утешительные слова - обычно некие пресные рассуждения о том, как, должно быть, трудно жить с таким гневом в душе. Временами я почти злорадно допытывался об остальных членах ее семьи. Безусловно, должен был быть кто-то, кто заслуживал бы доверия. Но она не щадила никого. Ее сын? Она сказала, что "его лифт не идет до верхнего этажа". Он "отсутствует": даже когда он здесь, он "отсутствует". А ее невестка? По словам Эльвы, БАП - благородная американская принцесса. По пути домой ее сын звонит своей жене из автомобиля, чтобы сказать, что он хочет обедать прямо сейчас. Нет проблем. Она может это устроить. Девять минут, напомнила мне Эльва, - это все, что требуется БАП, чтобы приготовить обед - "сварганить" пресный диетический обедешко в микроволновой печи.

У всех были клички. У ее внучки, "Спящей красавицы" (прошептала она, ужасно кривляясь и подмигивая), было две ванны - две, представляете себе! Ее экономка, которую она наняла, чтобы

скрасить свое одиночество, была "Безумной песней", такой ТУПОЙ, что пыталась скрыть, что курит, выдыхая дым в спускаемый Унитаз.

Ее высокомерная партнерша по бриджу была "Дамон Белый Май" (причем Дама Белый Май выигрывала в сравнении со всеми остальными, этими зомби Альцхаймера и опустившимися пьяницами, которые составляли, по мнению Эльвы, популяцию игроков в бридж в Сан-Франциско).

Но каким-то образом, несмотря на ее озобленность, мою неприязнь к ней и то, что она напоминала мне мать, мы преодолели эти первые сеансы. Я смог сдержать свое раздражение и немного сблизиться с ней, разрешил свой контрперенос, отделив свою мать от Эльвы, и постепенно, очень постепенно, начал испытывать к ней теплые чувства.

Я думаю, поворотный момент наступил однажды, когда она плюхнулась в мое кресло со словами: "Ух! Я устала". В ответ на мои поднятые брови она объяснила, что только что сыграла восемнадцать партий гольф со своим двадцатилетним племянником (Эльве было шестьдесят лет, ростом она была 4 фута 11 дюймов (1 м 58 см - ред.) и весила по крайней мере 160 фунтов).

- Как Вы себя чувствуете? - начал я приветливо, придерживаясь привычной манеры разговора. Эльва подалась вперед, прикрывая рот рукой, как будто хотела отгородиться от кого-то в комнате, показала мне внушительное количество огромных зубов и сказала:

- Я вытрясла из него все дерьмо!

Это показалось мне настолько забавным, что я начал смеяться, и смеялся до тех пор, пока слезы не выступили у меня на глазах.

Эльве понравился мой смех. Позднее она сказала мне, что это была первая непосредственная реакция Герра Доктора Профессора (так вот какая кличка была у меня!), и она засмеялась вместе со мной. После этого мы замечательно продвинулись в работе. Я начал ценить Эльву - ее замечательное чувство юмора, ум, ее забавность. Она вела богатую, наполненную жизнь. Мы были во многом похожи. Как и я, она совершила большой скачок по социальной лестнице. Мои родители приехали в Соединенные Штаты, когда им было по двадцать лет, нищими эмигрантами из России. Ее родители были бедными ирландскими иммигрантами, и она преодолела разрыв

между ирландскими кварталами Южного Бронкса и обществом игроков в бридж на Ноб Хилл в Сан Франциско.

В начале терапии провести час с Эльвой было для меня тяжелой работой. Я с неохотой тащился к двери, чтобы пригласить ее в кабинет. Но спустя пару месяцев все изменилось. Я с нетерпением ждал нашей следующей встречи. Ни один из наших сеансов не проходил без доброй порции смеха. Моя секретарша сказала, что по моей улыбке всегда может догадаться, что сегодня я виделся с Эльвой.

Мы встречались раз в неделю в течение нескольких месяцев, и терапия продвигалась успешно, как обычно бывает в том случае, когда терапевт и пациент нравятся друг другу. Мы говорили о ее вдовстве, изменившемся социальном статусе, страхе одиночества, сожалении о том, что она больше никогда не испытает ни с кем близости. Но в первую очередь мы говорили о ее злобе - о том, что это отпугнуло от нее многих друзей. Постепенно ей полегчало, она стала мягче и добрее. Ее рассказы о Безумной Песне, Спящей Красавице, Даме Белый Май и Альцхаймеровой команде по бриджу стали менее едкими. Произошло ее сближение с людьми: когда злость Эльвы поутихла, семья и друзья снова появились в ее жизни. Все шло так хорошо, что как раз накануне кражи кошелька я обдумывал вопрос о завершении лечения.

Но после ограбления она почувствовала себя так, как будто все началось сначала. Прежде всего, ограбление выявило ее обыкновенность. Ее слова: "Я никогда не думала, что это может случиться со мной" - отражали утрату веры в собственную исключительность. Конечно, она по-прежнему была особенной в том смысле, что имела особые черты и дарования, уникальную жизненную историю, что никто из когда-либо живших на земле не был в точности похож на нее. Это рациональная сторона исключительности. Но у нас (у некоторых в большей, у некоторых - в меньшей степени) есть также иррациональное чувство исключительности. Это один из наших главных способов отрицания смерти; и та часть нашей психики, задача которой смягчать страх смерти, вырабатывает иррациональную веру в то, что мы неуязвимы - что неприятности вроде старости и смерти могут быть уделом

других, но не нас самих, и что мы существуем вне закона человеческой и биологической судьбы.

Хотя, на первый взгляд, Эльва реагировала на кражу кошелька иррационально (например, объявила, что не приспособлена к жизни на земле, что боится выходить из дома), было ясно, что на самом деле она страдает от того, что иррациональный покров сорван. Чувство исключительности, "заговоренности", вечной защищенности - весь этот самообман, который так хорошо служил ей, внезапно потерял убедительность. Она заглянула за край иллюзии, и то, что скрывала эта иллюзия, лежало теперь перед ней, нагое и ужасное.

Теперь рана, нанесенная ее горем, была видна целиком. Я подумал, что настало время вскрыть этот нарыв и исцелить его прямой и правдой.

- Когда Вы говорите, что никогда не предполагали, что это случится с Вами, я знаю, что именно Вы имеете в виду, - сказал я. - Мне тоже тяжело согласиться с тем, что все эти бедствия: старость, смерть, утраты, - меня не минуют.

Эльва кивнула и наморщила лоб, демонстрируя свое удивление тем, что я заговорил о чем-то личном.

- Должно быть, Вы чувствуете, что если бы Альберт был жив, этого бы с Вами никогда не случилось. - Я проигнорировал ее едкое замечание, что если бы Альберт был жив, она не потащила бы на ланч этих старых наседок. - Таким образом, это ограбление - как бы подтверждение факта его смерти.

Ее глаза наполнились слезами, но я чувствовал, что должен продолжать.

- Вы знали это и раньше, я понимаю. Но какая-то часть Вас не верила. Теперь Вы действительно знаете, что он умер. Его нет во дворе. Его нет в мастерской за домом. Его нет нигде. Кроме Ваших воспоминаний.

Теперь Эльва действительно плакала, и ее тяжелая фигура несколько минут содрогалась от рыданий. Раньше она никогда не делала этого в моем присутствии. Я сидел и спрашивал себя: "Что же мне теперь делать?" Но какой-то профессиональный инстинкт вел меня к задуманной развязке. Мой взгляд упал на ее сумочку - ту самую украденную, поруганную сумочку, и я сказал:



- Несчастье - это случайность, но не сами ли Вы его накликали, таская с собой такую тяжесть?

Эльва, как всегда, резкая, не преминула обратить внимание на мои оттопыривающиеся карманы и беспорядок на моем столе. Она назвала свою сумочку "сумкой средней величины".

- Еще немного, - ответил я, - и Вам понадобится носильщик, чтобы таскать ее за Вами.

- Кроме того, - сказала она, игнорируя мои насмешки, - мне необходимо все то, что в ней лежит.

- Должно быть, Вы шутите! Давайте посмотрим! Войдя в азарт, Эльва водрузила свою сумку ко мне на стол, широко открыла ее челюсти и начала опустошать. Первыми извлеченными предметами были три пустых пластиковых пакета.

- Не нужна ли Вам еще парочка на всякий случай? - съязвил я. Эльва усмехнулась и продолжила опорожнять сумку. Мы вместе осмотрели и обсудили каждый предмет. Эльва согласилась, что три пакета салфеток и двенадцать ручек (плюс три карандашных огрызка) - это действительно многовато, но стойко защищала необходимость двух флаконов одеколона и трех расчесок и властным жестом отклонила мои протесты против большого карманного фонаря, толстого блокнота и огромной пачки фотографий.

Мы обсудили все. Стопку десятицентовых монет. Три коробки леденцов (низкокалорийных, разумеется). Она хихикнула, когда я спросил: "Эльва, Вы действительно верите, что чем больше Вы их съедите, тем стройнее станете?" Пластиковый пакет со старыми апельсиновыми корками ("Никогда не знаешь, Эльва, когда это может понадобиться"). Связку вязальных спиц ("Шесть спиц в поисках свитера"). Пакет какой-то выпечки. Половину романа Стивена Кинга. (Эльва выбрасывала страницы по мере прочтения. "Они не заслуживают хранения", - объяснила она.) Маленький степплер ("Эльва, Вы с ума сошли!"). Три пары солнечных очков. И запрятанные в самые укромные уголки разнообразные монетки, скрепки, щипчики, кусочки наждачной бумаги и еще какую-то ветошь.

Когда огромная сумка наконец опустела, мы с Эльвой в изумлении уставились на ее содержимое, горой возвышавшееся на моем столе. Нам было немного жаль, что процесс опустошения сумки

закончился. Она повернулась ко мне, улыбнулась, и мы посмотрели друг на друга с нежностью. Это был момент необычайной близости. По-своему, как ни один из моих предыдущих пациентов, она открылась передо мной полностью. И я принял все, и даже хотел большего. С трепетом и благоговением я следовал за ней в самые потайные уголки, познавая, как обычная сумочка пожилой дамы может служить одновременно символом отстранения и близости: абсолютного одиночества, неотъемлемого от человеческого существования, и близости, которая рассеивает страх одиночества, но не само одиночество.

Это был сеанс преображения. Можно сказать, это был акт любви. Так или иначе, это был час искупительной близости. За один час Эльва прошла путь от одиночества к доверию. Она ожила и еще раз убедилась, что способна к близости.

Думаю, это был лучший терапевтический сеанс в моей практике.

## **6. "Не ходи крадучись".**

Я не знал, что ответить. Никогда раньше пациент не просил меня стать хранителем его любовных писем. Дэйв высказал свои соображения прямо. Известно, что в шестьдесят девять лет человек может внезапно умереть. В этом случае жена найдет их, и их чтение причинит ей боль. Нет больше никого, к кому он мог бы обратиться с такой просьбой, ни одного друга, которому он осмелился бы довериться. Его возлюбленная, Зорея, умерла тридцать лет назад во время родов. Это был не его ребенок, торопливо добавил Дэйв. Один Бог знает, что случилось с его письмами к ней!

- Что Вы хотите, чтобы я с ними сделал?
- Ничего. Абсолютно ничего. Просто храните их.
- Когда Вы последний раз перечитывали их?
- Я не перечитывал их ни разу за последние двадцать лет.
- Они напоминают мне горячую картошку, - рискнул я сказать. - Зачем вообще их хранить?

Дэйв посмотрел на меня недоверчиво. Кажется, тень сомнения пробежала по его лицу. Я что, правда такой тупой? Не ошибся ли он,

полагая, что я достаточно чуток, чтобы помочь ему? После минутной паузы он сказал:

- Я никогда не уничтожу эти письма.

Эти слова прозвучали резко и были первыми признаками напряжения в наших отношениях за последние шесть месяцев. Мое замечание было оплошностью, и я вернулся к более мягкому и миролюбивому расспросу:

- Дэйв, расскажите мне побольше об этих письмах и о том, что они для Вас значат.

Дэйв начал говорить о Зорее, и через несколько минут напряжение прошло и к нему вернулась самоуверенная легкая небрежность. Он встретил ее, когда руководил отделением Американской компании в Бейруте. Она была самой красивой женщиной из всех, кого ему удавалось покорить. "Покорить" было его выражением. Дэйв всегда удивлял меня своими полупростодушными - полуциничными заявлениями. Как он мог употребить это слово? Неужели он был еще грубее, чем я думал? Или, наоборот, гораздо тоньше, и просто иронизировал надо мной?

Он любил Зорею - или, по крайней мере, она была единственной из его любовниц (а их был легион), кому он говорил: "Я люблю тебя". Его восхитительно тайная связь с Зореей продолжалась четыре года. (Не восхитительная и тайная, а именно восхитительно тайная, ибо скрытность - я расскажу об этом дальше более подробно - была основой характера Дэйва, вокруг которой вращалось все остальное. Таинственность возбуждала и притягивала его, и он часто расплачивался за нее дорогой ценой. Многие отношения, особенно с двумя его бывшими женами и его нынешней женой, запутывались и рвались из-за его нежелания быть хоть немного искренним.)

Спустя четыре года компания перевела Дэйва на другой край света, и в течение следующих шести лет, вплоть до ее смерти, Дэйв и Зорея виделись только четыре раза. Но переписывались почти ежедневно. Он хранил письма Зорей (исчисляемые сотнями), тщательно пряча их. Иногда он помещал их среди своих бумаг под причудливыми категориями (например, на "В" - вина или на "Д" - депрессия, чтобы читать, когда ему станет очень грустно).

Однажды он на три года поместил их в банковский сейф. Я не стал спрашивать, но меня интересовало отношение его жены к ключу от этого сейфа. Зная его склонность к секретности и интригам, я вполне представлял себе, что могло произойти: он мог случайно позволить жене увидеть ключ и затем придумать заведомо неправдоподобную историю, чтобы подогреть ее любопытство; затем, когда она стала бы с тревогой допытываться, он презрительно обвинил бы ее в вынюхиваний и нелепой подозрительности. Дэйв часто разыгрывал подобные сценарии.

- Теперь я все больше и больше беспокоюсь о письмах Зорей и хотел бы знать, возьмете ли Вы их на хранение. Это ведь нетрудно.

Мы оба посмотрели на его большой портфель, раздувшийся от слов любви Зорей - давно умершей любимой Зорей, чьи плоть и Душа исчезли, чьи распавшиеся молекулы ДНК погрузились обратно в океан жизни и кто уже тридцать лет не думал ни о Дэйве, ни о ком-либо другом.

Я спрашивал себя, сможет ли Дэйв отстраниться и посмотреть на себя объективно. Увидеть, как он смешон, жалок и суеверен - старик, бредущий к своей могиле, судорожно сжимая в руках портфель с пожелтевшими письмами - словно походное знамя, на котором написано, что он любил и был любим тридцать лет назад. Поможет ли Дэйву, если он увидит себя таким образом? Могу ли я помочь ему занять "объективную" позицию и при этом не дать ему почувствовать себя оскорбленным и униженным?

По-моему, "хорошая" терапия (под которой я понимаю глубинную, проникающую насквозь терапию, а не "эффективную" и даже, как ни тяжело это признать, не "полезную" терапию), проводимая с "хорошим" пациентом, в своей основе есть рискованный поиск истины. Когда я был новичком, та добыча, которую я преследовал, была истиной прошлого: прослеживанием всех жизненных координат и объяснением с их помощью нынешней жизни человека, его патологии, мотивов и действий.

Я был так уверен в своей правоте. Боже, какое высокомерие! А сейчас что за истину я преследую? Думаю, моя добыча иллюзорна. Я борюсь против магии. Я верю, что хотя иллюзия часто ободряет и

успокаивает, она в конце концов неизбежно ослабляет и ограничивает человеческий дух.

Но всему свое время. Никогда нельзя отнимать ничего у человека, если вам нечего предложить ему взамен. Остерегайтесь срывать с пациента покров иллюзии, если не уверены, что он сможет выдержать холод реальности. И не изнуряйте себя сражениями с религиозными предрассудками: это вам не по зубам. Религиозная жажда слишком сильна, ее корни слишком глубоки, а культурное подкрепление слишком мощно.

Но я не считаю себя неверующим. Моя молитва - это высказывание Сократа: "Непознанная жизнь не стоит того, чтобы быть прожитой". Но Дэйв не разделял мою веру. Поэтому я обуздал свои порывы. Дэйв не был способен понять подлинное значение своей привязанности к письмам и сейчас, зажатый и ранимый, не выдержал бы такого расследования. Оно не принесло бы пользы - сейчас, а, возможно, и никогда.

Кроме того, мои вопросы не были искренними. Я знал, что у нас с Дэйвом много общего и моему лицемерию есть пределы. У меня тоже была пачка писем от давно утраченной возлюбленной. Я тоже хитроумно прятал их (по моей системе на букву "X", означающую "Холодный дом", мой любимый роман Диккенса, чтобы читать, когда жизнь покажется совсем унылой). Я тоже никогда не перечитывал письма. Всякий раз, когда я пытался делать это, то испытывал боль вместо утешения. Они лежали нетронутыми пятнадцать лет, и я тоже не мог уничтожить их.

Если бы я был своим собственным пациентом (или своим собственным терапевтом), я бы сказал: "Представь, что писем нет, что они уничтожены или потеряны. Что бы ты почувствовал? Погрузись в это чувство, исследуй его". Но я не мог. Я часто думал о том, чтобы сжечь их, но эта мысль всегда причиняла мне невыразимую боль. Я-то знал, откуда взялся мой повышенный интерес к Дэйву, прилив любопытства и возбуждения - я хотел, чтобы Дэйв сделал за меня мою работу. Или за нас нашу работу.

С самого начала я чувствовал расположение к Дэйву. На нашем первом сеансе шесть месяцев назад я спросил его после нескольких

любезностей: "Какие жалобы?" И он ответил: "У меня больше не стоит".

Я был поражен. Помню, я тогда посмотрел на него - на его высокую, стройную фигуру атлета, на его по-прежнему густые и блестящие черные волосы, на его прекрасные живые глаза, совсем не похожие на глаза шестидесятидевятилетнего старика, - и подумал: "Браво! Снимаю шляпу". У моего отца первый инфаркт был в сорок девять лет. Я надеялся, что в свои шестьдесят девять лет я буду еще достаточно живым и бодрым, чтобы сожалеть о том, что у меня "не стоит".

Мы оба - и я, и Дэйв - имели склонность к сексуализации большинства явлений жизни. Мне лучше удавалось сдерживать себя, и я давно уже научился не допускать того, чтобы секс доминировал в моей жизни. К тому же я не разделял страсти Дэйва к секретности. У меня много друзей, включая мою жену, с которыми я делюсь всем.

Вернемся к письмам. Что я должен был делать? Нужно ли было хранить письма Дэйва? Почему бы и нет? Разве его просьба - не благоприятный знак того, что он готов доверять мне? Он никогда не мог по-настоящему никому довериться, особенно мужчине. Хотя явной причиной его обращения ко мне была импотенция, я чувствовал, что подлинной задачей терапии было улучшить его отношение к людям. Открытые, доверительные отношения являются Предпосылкой любой терапии, а в случае Дэйва они могли быть решающим фактором для преодоления его болезненной склонности к секретам. Хранение писем протянуло бы между нами нить Доверия.

Возможно, письма могли бы дать мне дополнительное преимущество. Я никогда не чувствовал, что Дэйву комфортно во время терапии. Он хорошо работал над проблемой своей импотенции. Моя тактика заключалась в том, чтобы сосредоточиться на неблагополучии его брака и объяснить, что импотенция - естественное следствие взаимного раздражения и подозрительности в отношениях. Дэйв, который был женат недавно (в четвертый раз), описывал свою нынешнюю семейную жизнь так же, как и все свои предыдущие браки: он чувствовал себя заключенным, а его жена была тюремщиком: подслушивала его телефонные разговоры, читала его почту и личные бумаги. Я помог ему осознать, что если он и был

заклученным, то по своей собственной вине. Конечно, жена Дэйва пыталась получить о нем информацию. Конечно, ей были любопытны его деятельность и переписка. Но он сам разжигал ее любопытство, отказываясь поделиться с ней даже ничтожными крохами информации о своей жизни.

Дэйв хорошо воспринял этот подход и сделал существенные попытки раскрыть перед женой, свою жизнь и свой внутренний мир. Его действия разбили порочный круг, жена смягчилась, его собственный гнев уменьшился, а сексуальные способности улучшились.

Теперь я перешел в нашей работе к рассмотрению его бессознательной мотивации. Какую выгоду получал Дэйв от того, что верил, будто является пленником женщины? Что питало его страсть к тайнам? Что мешало ему установить близкие несексуальные отношения хотя бы с одним человеком, будь то женщина или мужчина? Что случилось с его потребностью в близости? Можно ли теперь, в шестьдесят девять лет, оживить и реализовать эту потребность?

Но, казалось, эти вопросы волновали только меня, а не Дэйва. Я подозревал, что отчасти он согласился исследовать бессознательные мотивы, просто чтобы подшутить надо мной. Ему нравилось разговаривать со мной, но, думаю, главное, что его привлекало, - это возможность вспоминать, оживлять в памяти безмятежные дни сексуальных побед. Моя связь с ним казалась непрочной. Я все время чувствовал, что если проникну слишком глубоко, подойду слишком близко к его тревоге, он просто исчезнет - не придет на следующий сеанс, и я больше никогда его не увижу.

Если я возьму на хранение письма, они послужат связующей нитью: он не сможет просто скрыться или исчезнуть. В крайнем случае ему придется объявить мне о намерении прервать терапию, чтобы потребовать вернуть письма.

Кроме того, я чувствовал, что должен принять эти письма. Дэйв был таким мнительным. Как я мог отвергнуть его просьбу, тем самым не вызвав у него чувства, что отвергаю его самого? Вдобавок он был очень суров в своих оценках. Любая ошибка могла оказаться фатальной: он редко давал людям еще один шанс.

Однако мне было не по себе из-за просьбы Дэйва. Я начал подыскивать благовидные предлоги, чтобы не брать его писем. Это было бы заключением пакта с его тенью - союзом с болезнью. В этой просьбе было что-то заговорщическое. Это поставило бы нас в отношения, подобные отношениям двух маленьких сорванцов. Можно ли построить прочный терапевтический альянс на таком хрупком фундаменте?

Моя мысль о том, что хранение писем помешает Дэйву прервать терапию, была, как я вскоре понял, нелепостью. Я отверг эту ловушку именно потому, что это была ловушка - одна из моих дурацких, тупых, манипулятивных уловок, которые всегда дают противоположный эффект. Ловушки и ухищрения не могли помочь Дэйву научиться искреннему и прямому отношению к людям: я должен был вести себя открыто и честно.

Кроме того, если он захочет прекратить терапию, то найдет способ вернуть письма. Я вспомнил пациентку, которую лечил двадцать лет назад. Она страдала раздвоением личности, и эти две личности (которых я называл Бланш и Брэзен) вели друг с другом притворную войну. Особа, которую я лечил, была Бланш - ограниченная маленькая ханжа, в то время, как Брэзен, с которой я виделся очень редко, относилась к себе как к "сексуальному супермаркету" и встречалась с калифорнийским королем порнобизнеса. Бланш часто "просыпалась", обнаружив, что Брэзен опустошила ее банковский счет и накупила сексуальных платьев, красного атласного белья и билеты в Лас Вегас или Тихуану. Однажды Бланш встревожилась, найдя у себя в шкафу авиабилеты в кругосветное путешествие, и подумала, что сможет помешать путешествию, заперев всю сексуальную одежду Брэзен в моем кабинете. Немного сбитый с толку, пытаюсь сделать хоть что-нибудь, я согласился и Положил ее чемодан под свой письменный стол. Через неделю, Когда я утром пришел на работу, то увидел, что дверь открыта, кабинет обчищен, а одежда исчезла. Исчезла и моя пациентка. Больше я никогда не видел ни Бланш, ни Брэзен.

Предположим, Дэйв умрет. Каким бы хорошим ни было его здоровье, ему все-таки шестьдесят девять лет, а люди умирают в этом возрасте. Что я тогда буду делать с письмами? Кроме того, где, черт



возьми, я буду их хранить? Эти письма, должно быть, весят фунтов десять. Я представил на минуту, что их хоронят вместе со мной. Они могли бы послужить мне своего рода саваном.

Но по-настоящему серьезная проблема с хранением писем возникла в связи с групповой терапией. Несколько недель назад я предложил Дэйву включиться в терапевтическую группу, и в течение последних трех сеансов мы очень подробно это обсуждали. Его скрытность, склонность сексуализировать любые отношения с женщинами, страх и недоверие к мужчинам - со всеми этими проблемами, казалось мне, лучше всего работать в групповой психотерапии. С большой неохотой он согласился посещать мою терапевтическую группу, и наш сеанс в тот день должен был быть последней нашей встречей один на один.

Просьбу Дэйва взять эти письма нужно было рассматривать именно в этом контексте. Во-первых, очень может быть, что просьба являлась реакцией на ожидаемый переход в группу. Несомненно, он сожалел о том, что теряется исключительность наших отношений, и ему не нравилось, что придется делить меня с другими членами группы. Просьба взять на хранение письма могла, таким образом, служить средством сохранения между нами особых личных отношений.

Я попытался очень-очень осторожно высказать эту мысль, чтобы не задеть обостренную чувствительность Дэйва. Я старался не унижить письма предположением, что он использовал их только как средство для чего-то еще. Я также старался, чтобы не возникло впечатления, что я подробно анализирую наши отношения: сейчас было время заботиться об их укреплении.

Дэйв был человеком, которому требовалось много времени только для того, чтобы понять, что происходит. Он просто посмеялся над моей интерпретацией, вместо того чтобы разобраться, справедлива ли она. Он настаивал на том, что попросил меня взять на хранение письма по одной-единственной причине: его жена сейчас делала в доме генеральную уборку, постепенно и неуклонно приближаясь к его кабинету, где были спрятаны письма.

Я не купился на такое объяснение, но сейчас было время проявить терпение и не вступать в конфронтацию. Я оставил все как

есть. И даже еще больше уверился в том, что хранение писем в конце концов помешает его работе в терапевтической группе. Групповая терапия, по моему твердому убеждению, была для Дэйва очень полезным, но очень рискованным приключением, и я хотел облегчить для него процесс вхождения в группу.

Польза могла быть огромной. Группа обеспечила бы Дэйву безопасное сообщество, в котором он мог бы определить свои межличностные проблемы и попробовать вести себя по-новому: например, больше раскрыть себя, сблизиться с мужчинами, научиться относиться к женщинам как к людям, а не как к сексуальным объектам. Дэйв бессознательно верил, что любое из этих действий приведет к каким-либо пагубным последствиям: группа была бы идеальным местом для того, чтобы разубедить его в этом.

Из всех возможных вариантов развития событий меня особенно пугал один. Я представлял себе, как Дэйв не просто откажется поделиться важной (или самой обычной) информацией о себе, но сделает это в грубой и провокационной форме. Другие члены группы будут настаивать на своем и требовать откровенности. Дэйв ответит еще большей скрытностью. Группа будет разгневана и обвинит его в том, что он играет в игры. Дэйв почувствует себя обиженным и загнанным в угол. Его страхи и подозрения относительно членов группы подтвердятся, и он покинет группу еще более одиноким и разочарованным, чем пришел в нее.

Мне казалось, что если я возьму на хранение письма, то, вопреки своим терапевтическим целям, окажусь в сговоре с его страстью к секретности. Еще не вступив в группу, он окажется в тайном сговоре со мной, исключая других участников.

Взвесив все эти соображения, я в конце концов выбрал следующий ответ:

- Я понимаю, почему эти письма важны для Вас, Дэйв, и очень рад, что именно мне Вы решились их доверить. Однако по своему опыту я знаю, что групповая терапия приносит наилучшие результаты в том случае, если все члены группы, включая терапевта, максимально откровенны друг с другом. Я действительно хочу, чтобы группа помогла Вам, и, думаю, нам лучше всего поступить так: я буду рад

положить письма в безопасное недоступное место на любое время, по Вашему желанию, при условии, что Вы согласитесь рассказать о нашем договоре группе.

Дэйв выглядел напуганным. Он не ожидал этого. Рискнет ли он? Пару минут он раздумывал:

- Не знаю. Я должен подумать. Вернемся к этому позже.

Он покинул мой кабинет вместе со своим портфелем и бездомными письмами.

Дэйв больше не возвращался к своей просьбе, во всяком случае, в той форме, в какой можно было ожидать. Но он все-таки пришел в группу и добросовестно посещал первые несколько встреч. Меня даже поразил его энтузиазм: к четвертому занятию он заявил, что группа была самым сильным впечатлением для него за всю неделю, и добавил, что считает дни до следующей встречи. Причиной этого энтузиазма, однако, был не интерес к самораскрытию, а квартет привлекательных женщин - участниц группы. Он сосредоточился исключительно на них и, как мы позже узнали, пытался встретиться с двумя из них за пределами группы.

Как я и предполагал, в группе Дэйв держался очень замкнуто, и фактически получил поддержку в своем поведении от другого скрытного участника - красивой и гордой женщины, которая, как и он, выглядела на несколько десятков лет моложе своего возраста. На одной из встреч ее и Дэйва попросили сказать, сколько им лет. Оба отказались, используя хитроумную отговорку, что они не хотят, чтобы о них судили по возрасту. Давным-давно (когда гениталии называли "интимными местами") в терапевтических группах неохотно говорили о сексе. Однако за последние два десятилетия в группах стали говорить о сексе с большей легкостью, а закрытой темой стали деньги. Сплошь и рядом приходится слышать, как участники группы, обнажившись, казалось бы, до предела, скрывают свои доходы.

Но в группе Дэйва самым большим секретом был возраст. Дэйв смеялся и подшучивал над этим, но наотрез отказался признаться, сколько ему лет. Он не хотел упускать шанс завести интрижку с одной из женщин. На одной из встреч, когда участница группы настаивала на том, чтобы он назвал свой возраст, Дэйв предложил ей обмен: его секрет - за ее номер телефона.

Меня стало беспокоить растущее сопротивление в группе. Дэйв не только сам не работал серьезно, но его подшучивание и флирт переводили все разговоры в группе на какой-то поверхностный уровень.

Однако на одной из встреч тон стал серьезным. Одна из участниц рассказала, что у ее приятеля только что обнаружили рак. Она была убеждена, что он скоро умрет, хотя врачи уверяли, что прогноз небезнадежен, несмотря на его ослабленное физическое состояние и преклонный возраст (ему было 63 года). Я взглянул на Дэйва: этот мужчина в "преклонном возрасте" был на шесть лет моложе его. Но он и глазом не моргнул, правда, начал говорить значительно откровеннее.

- Может быть, я должен поговорить об этом в группе. Я очень боюсь болезни и смерти. Я отказываюсь посещать врачей - настоящих врачей. - Он мстительно указал на меня. - Мое последнее медицинское обследование было пятнадцать лет назад.

- Кажется, ты в хорошей форме, Дэйв, сколько бы лет тебе ни было, - отозвался другой участник группы.

- Спасибо. Я над этим работаю. Помимо плавания, тенниса и пеших прогулок я минимум два часа в день занимаюсь физическими упражнениями. Тереза, я сочувствую тебе и твоему другу, но не знаю, чем помочь. Я много думаю о старости и смерти, но мои мысли слишком болезненны, чтобы о них говорить. Честно говоря, я даже не люблю посещать больных и слушать разговоры о болезнях. Док, - опять жест в мою сторону, - всегда говорит, что я ко всему отношусь слишком легко. Может быть, именно поэтому!

- Почему "поэтому"?

- Ну, если я стану серьезным, то начну говорить о том, как я ненавижу стареть, как боюсь смерти. Когда-нибудь я расскажу вам о моих кошмарах - может быть.

- Вы не единственный, у кого такие страхи, Дэйв. Может быть, полезно будет выяснить, что мы все в одной лодке.

- Нет, ты один в своей лодке. Это самое ужасное из всего, связанного со смертью. Ты должен сделать это один. Другой участник группы сказал:

- Даже если это и так, даже если ты и один в своей лодке, всегда спокойнее видеть огни других лодок, покачивающихся неподалеку.

Когда мы заканчивали занятие, я чувствовал себя более обнадеженным. Этот сеанс, казалось, был поворотным пунктом. Дэйв говорил о чем-то важном, был задет за живое, стал самим собой, и другие члены группы отвечали ему тем же.

На следующей встрече Дэйв рассказал многозначительный сон, который ему приснился сразу же после предыдущего сеанса. Сон (дословно записанный стажером-наблюдателем):

Смерть вокруг меня. Я могу почувствовать ее запах. У меня с собой пакет, внутри которого находится конверт, и этот конверт содержит нечто неподвластное смерти, разрушению и порче. Я держу его в секрете. Я собираюсь достать это и рассмотреть, но внезапно вижу, что конверт пуст. Я ужасно расстроен этим и замечаю, что конверт вскрыт кем-то до меня. Позже я нахожу на улице то, что, как я предполагал, было в конверте. Это оказывается старый грязный башмак с оторванной подметкой.

Сон ошеломил меня. Я часто думал о его любовных письмах и спрашивал себя, будет ли у меня случай еще раз обсудить с Дэйвом их значение.

Несмотря на всю мою любовь к групповой терапии, ее формат имеет для меня один важный недостаток: он часто не позволяет исследовать глубокие экзистенциальные проблемы. Снова и снова в группе я с сожалением смотрю на красивый след, который мог бы привести меня к глубинам внутреннего мира пациента, но я должен ограничиваться более практической (и более полезной) задачей "прополки межличностных сорняков". Однако я не мог выкинуть из головы этот сон; он был *via regia* к самому центру сада. Мне вряд ли когда-либо попадался сон, столь открыто демонстрирующий разгадку бессознательной тайны.

Ни Дэйв, ни группа не знали, что делать с этим сном. Они топтались несколько минут в нерешительности, а затем я задал направление, небрежно спросив Дэйва, есть ли у него какие-нибудь ассоциации с образом конверта, который он держал в секрете.

Я знал, что иду на риск. Было бы ошибкой, возможно, роковой ошибкой, как принуждать Дэйва к несвоевременному признанию, так

и самому раскрывать информацию, которую он доверил мне в нашей индивидуальной работе до начала группы.

Я подумал, что мой вопрос достаточно безопасен: я оставался в рамках конкретного материала сновидений, и Дэйв мог с легкостью возразить, что у него нет подходящих ассоциаций.

Он мужественно продолжал, но не без своей обычной уклончивости. Сказал, что, возможно, сон имеет отношение к неким письмам, которые он хранит тайно, - письмам, связанным "с определенными отношениями". Другие участники, любопытство которых было возбуждено, стали расспрашивать Дэйва, пока он не рассказал вкратце о своем давнишнем любовном романе с Зореей и о письмах, для которых он никак не мог подобрать подходящего места хранения. Он не признался, что роман закончился тридцать лет назад. Не упомянул он и о переговорах со мной и моем предложении взять письма на хранение, если он согласится рассказать об этом группе.

Группа сосредоточилась на проблеме скрытности. Это была не та проблема, которая волновала меня сейчас больше всего, однако она тоже была важна. Участники группы удивлялись скрытности Дэйва; некоторые могли понять его желание скрыть письма от жены, но никто не мог оправдать его избыточную склонность из всего делать секреты. Например, почему Дэйв отказывался говорить жене, что проходит терапию? Никто не принял его слабых отговорок, что если она узнает про его участие в терапевтической группе, то будет очень встревожена, так как подумает, что он тут на нее жалуется. И к тому же она сделает его жизнь невыносимой, допытываясь у него каждую неделю, о чем он говорил в группе.

Если бы он действительно заботился о душевном спокойствии своей жены, заметили они, то понял бы, что она значительно больше переживает из-за того, что не знает, куда он ходит каждую неделю. Посмотрите на эти хилые отговорки, которые он для нее каждую неделю выдумывает (он был на пенсии и не имел постоянных занятий вне дома)! Взгляните на махинации, в которые он пускается каждый месяц, чтобы скрыть свои счета за терапию! Все эти плащи и кинжалы! Зачем? Даже страховые квитанции должны посылаться на адрес его секретного почтового ящика. Участники были недовольны

и скрытностью Дэйва в группе. Они чувствовали его отчуждение, его нежелание им доверять. Зачем было говорить о "письмах, связанных с определенными отношениями"? Разве нельзя сказать прямо?

- Брось, Дэйв, ну что тебе стоит просто сказать "любственные письма"?

Члены группы, дай Бог им всем здоровья, делали именно то, что должны были делать. Они выбрали именно ту часть сна - тему скрытности, - которая ближе всего затрагивала отношения Дэйва с людьми, и разбили его наголову. Хотя Дэйв казался немного встревоженным, он был искренне увлечен и не играл сегодня ни в какие игры.

Но я пожадничал. Этот сон был настоящим сокровищем, и я хотел полностью раскопать его.

- Есть у кого-нибудь из вас догадки об остальном содержании сна?  
- спросил я. - Например, о запахе смерти и о том, что конверт содержал нечто, "неподвластное смерти, разрушению и порче"?

Группа на несколько мгновений замолчала, а затем Дэйв обернулся ко мне и сказал:

- А Вы что думаете, док? Я и правда хотел бы это услышать. Я почувствовал себя в ловушке. Я не мог ответить на его вопрос, не раскрыв часть секрета, которым поделился со мной Дэйв на наших индивидуальных сеансах. Например, он не сказал группе, что Зорья уже тридцать лет как умерла, что ему шестьдесят девять лет и он чувствует приближение смерти, что он попросил меня быть хранителем его писем. Однако, если я открою все эти тайны, Дэйв почувствует, что я предал его, и, возможно, прервет терапию. Я попал в западню. Единственным способом выбраться из нее была абсолютная честность. Я сказал:

- Дэйв, мне действительно трудно ответить на Ваш вопрос. Я не могу сказать, что думаю об этом сне, не открыв при этом информацию, которой Вы поделились со мной до начала группы. Я знаю, что Вы очень беспокоитесь о сохранении конфиденциальности, и не хочу предать Ваше доверие. Так что же мне делать?

Я откинулся назад, довольный собой. Отличная техника! Как раз то, о чем я говорю своим студентам. Если вы стоите перед дилеммой, если у вас два сильных противоречивых чувства, то лучшее, что вы

можете сделать, - это рассказать об этой дилемме или об этих чувствах пациенту.

Дэйв сказал:

- Бросьте! Продолжайте дальше. Я плачу Вам за Ваше мнение. Мне нечего скрывать. Все, что я сказал Вам, - открытая книга. Я не упомянул о нашем обсуждении писем, потому что не хотел компрометировать Вас. И моя просьба, и Ваше предложение были одинаково нелепыми.

Теперь, получив разрешение Дэйва, я смог дать членам группы, которые были заинтригованы нашим разговором, соответствующие разъяснения: об огромной важности этих писем для Дэйва, о смерти Зорей тридцать лет назад, о проблеме, возникшей у Дэйва в связи с хранением писем, о его просьбе ко мне и о моем предложении, которое он не принял, взять эти письма с условием рассказать обо всем в группе. Я осторожно старался сохранить конфиденциальность и не упомянул ни о возрасте Дэйва, ни о других малозначимых деталях.

Затем я перешел к сновидению. Я полагал, что сон отвечает на вопрос, почему эти письма так дороги Дэйву. И, конечно, почему мои письма дороги мне. Но о своих письмах я не упомянул: моему мужеству есть пределы. Разумеется, для этого у меня были свои резоны. Пациенты пришли сюда заниматься своей психотерапией, а не моей. Время в группе очень дорого - восемь пациентов и всего девяносто минут. И не слишком хорошо, если пациенты будут тратить это время на проблемы терапевта. Пациенты должны верить, что их терапевт в состоянии сам решить свои личные проблемы.

Но на самом деле все это рационализации. Реальной причиной было то, что мне не хватало мужества. Я постоянно вредил терапии, недостаточно откровенно рассказывая пациентам о себе; когда же я говорил что-то личное, пациенты неизменно выигрывали от этого, убеждаясь, что я, как и они, должен биться над всеобщими человеческими проблемами.

Сновидение, продолжал я, было о смерти. Оно начиналось с того, что "смерть вокруг меня, я могу почувствовать ее запах". И центральным символом был конверт, содержащий нечто неподвластное смерти и разрушению. Что может быть яснее?



Любовные письма были амулетом, средством отрицания смерти. Они оберегали от старости и сохраняли страсть Дэйва как бы законсервированной во времени. Быть по-настоящему любимым и незабвенным, слиться с другим человеком навсегда - значит быть нетленным и защищенным от одиночества человеческого существования.

Во второй части сновидения Дэйв увидел, что конверт пуст и вскрыт. Почему вскрыт? Почему пуст? Возможно, он чувствовал, что письма потеряют свою волшебную силу, если о них узнает кто-то еще. Было что-то явно иррациональное в способности писем оберегать от старости и смерти - какая-то черная магия, которая испаряется при холодном свете разума.

Один из членов группы спросил:

- А что означает грязный старый башмак с отклеивающейся подошвой?

Я не знал, но еще прежде, чем я успел произнести что-либо, Другой голос сказал:

- Это имеет отношение к смерти. Башмак теряет душу, пишется "S-O-U-L".

Конечно, - soul (душа), а не sole (подошва)! Это замечательно! Как я сам не догадался? Я понял только первую часть символа: я знал, что старый грязный башмак означает самого Дэйва. Пару раз (например, в том случае, когда он спрашивал номер телефона у женщины на сорок лет моложе себя) группа была близка к тому, чтобы обозвать его "грязным старикашкой". Я мысленно содрогнулся и обрадовался, что этот эпитет не был произнесен вслух. Но сейчас Дэйв сам применил его к себе.

- О Боже! Грязный старикан, готовый отдать Богу душу! Это я, точно!

Он усмехнулся своей собственной шутке. Любитель слов (Дэйв говорил на нескольких языках), он подивился превращению подошвы (sole) в душу (soul).

Несмотря на шутливый тон Дэйва, было очевидно, что затронута очень болезненная для него тема. Один из участников попросил его побольше рассказать о своем чувстве, что он - грязный старикашка. Другой спросил, что он чувствовал, рассказывая группе о письмах.

Изменит ли это его отношение к ним? Еще один напомнил, что все сталкиваются с неизбежностью старения и смерти, и попросил его поделиться своими чувствами по этому поводу.

Но Дэйв замкнулся. Он сделал всю работу, которую должен был сделать в тот день.

- Я заработал сегодня свое жалование. Мне нужно время, чтобы все это переварить. Я отнял уже семьдесят пять процентов времени и хочу уступить место другим.

Мы неохотно оставили Дэйва и обратились к другому материалу. Мы тогда не знали, что это было прощание навсегда. Дэйв больше никогда не появлялся в группе. (Не захотел он, как оказалось, и возобновить индивидуальную терапию ни со мной, ни с кем-либо другим.)

Все мы, но больше всех я, задавались вопросом: что мы сделали такого, что заставило Дэйва уйти? Может быть, мы чересчур многое обнажили? Не слишком ли мы поспешили с тем, чтобы превратить глупого старикашку в мудрого старца? Не предал ли я его? Не попался ли я в ловушку? Не лучше ли было оставить сон и письма в покое? (Работа по интерпретации была успешной, но пациент умер.)

Возможно, мы ускорили его уход, но я сомневаюсь. Теперь я уверен, что скрытность и уклончивость Дэйва рано или поздно привели бы к тому же результату. Я подозревал с самого начала, что, возможно, он бросит группу. (Однако то, что я оказался скорее хорошим пророком, чем хорошим терапевтом, было слабым утешением.)

Сначала я чувствовал сожаление. Сожаление о Дэйве, о его одиночестве, о его цеплянии за иллюзию, о недостатке у него мужества, о его нежелании посмотреть в глаза голым, грубым фактам жизни.

А затем я незаметно соскользнул на размышления о своих собственных письмах. Что случится, если (я улыбнулся этому "если") я умру и их найдут? Может быть, я должен отдать их Моргу, Джею или Питу на хранение? Почему я продолжаю беспокоиться об этих письмах? Почему не освободить себя от этого груза и не сжечь их? Прямо сейчас! Но мне было больно при одной мысли об этом. Это как удар в грудь. Но почему? Откуда столько боли из-за старых,

пожелтевших писем? Я должен буду разобраться с этим - когда-нибудь.

## **7. Две улыбки.**

С некоторыми пациентами легко. Они появляются в моем кабинете, готовые к изменениям, и терапия идет сама собой. Иногда от меня требуется так мало усилий, что я сам выдумываю для себя работу, задавая вопросы или давая интерпретации только для того, чтобы убедить и себя, и пациента, что я - необходимое звено этого процесса.

Мари была не из легких. Каждый сеанс с ней требовал огромных усилий. Когда она впервые пришла ко мне на прием 3 года назад, ее муж был мертв уже 4 года, но она застыла в собственном горе. Застыла ее мимика, ее воображение, ее тело, ее сексуальность - весь поток ее жизни. В течение долгого времени она оставалась безжизненной, и мне приходилось выполнять работу за двоих. Даже теперь, когда ее депрессия давно прошла, в нашей работе оставалась некоторая косность, а в наших взаимоотношениях - холодность и отдаленность, которые я не в силах был изменить.

Сегодня был терапевтический выходной. Мари должен был интервьюировать консультант, и я предвкушал удовольствие побыть с ней час и при этом оставаться "свободным от дежурства".

Неделями я уговаривал ее проконсультироваться у гипнотерапевта. Хотя Мари сопротивлялась практически любому новому опыту и особенно боялась гипноза, она в конце концов согласилась при условии, что я буду присутствовать в течение всего сеанса. Я не возражал; на самом деле мне нравилась идея спокойно сидеть и предоставить консультанту, Майку К., моему другу и коллеге, выполнять свою работу.

Кроме того, позиция наблюдателя могла бы дать мне необычную возможность по-новому оценить Мари. Ведь за три года мое восприятие ее, возможно, стало стереотипным и узким. Может быть, она значительно изменилась, а я этого не заметил. Возможно, другие

оценивают ее совсем иначе, чем я. Наступило время попытаться взглянуть на нее свежим взглядом.

Мари была испанкой по происхождению и эмигрировала из Мехико восемнадцать лет назад. Ее муж, которого она встретила, будучи студенткой университета Мехико, был хирургом и погиб в автокатастрофе, спеша в госпиталь по срочному вызову. Исключительно красивая женщина, Мари была высокой, величественной, с резко очерченным носом и длинными черными волосами, собранными в пучок на затылке. Возраст? Ей можно было дать лет двадцать пять, без макияжа - от силы тридцать. Но представить себе, что ей сорок - невозможно.

Мари имела неприступный вид и отпугивала многих людей своей красотой и высокомерием. Я же, наоборот, сильно тянулся к ней. Она меня волновала, мне хотелось ее утешить, я представлял себе, как обнимаю Мари и ее тело оттаивает в моих руках. Я часто спрашивал себя, насколько сильно мое влечение. Мари напоминала мне красивую тетюшку, которая точно так же причесывала свои волосы и играла важную роль в моих подростковых сексуальных фантазиях. Возможно, причина была в этом. Возможно, мне просто льстило, что я - единственный защитник и единственное доверенное лицо этой царственной женщины.

Мари хорошо скрывала свою депрессию. Никто бы не подумал, что она чувствовала, будто ее жизнь остановилась, что она отчаянно одинока, что она плакала каждую ночь, что за семь лет после смерти ее мужа она ни разу не вступала в какие-либо отношения (даже личные беседы!) с мужчиной.

Первые четыре года после своей утраты Мари совсем не подпускала к себе мужчин. В последние два года, когда ее депрессия снизилась, она пришла к выводу, что единственным спасением для нее могло бы стать новое романтическое увлечение, но она была слишком горда и сурова, и мужчины считали ее недоступной. Несколько месяцев я пытался разрушить ее убеждение в том, что жизнь, настоящая жизнь, заключается лишь в том, чтобы быть любимой мужчиной. Я пытался помочь ей расширить свой горизонт, развить новые интересы, больше ценить дружеские отношения и с женщинами. Но ее вера держалась крепко.

В конце концов я решил, что эта вера нерушима, и переключил внимание на то, чтобы помочь ей научиться привлекать мужчин.

Но вся наша работа остановилась четыре недели назад, когда Мари выпала из кабины канатной дороги в Сан-Франциско и сломала себе челюсть, сильно повредив зубы, лицо и шею. После недельной госпитализации она начала восстановление зубов у хирурга-стоматолога. Мари имела низкий болевой порог, особенно в отношении зубной боли, и боялась своих частых визитов к хирургу. К тому же она повредила лицевой нерв и страдала от жестоких и постоянных болей в одной стороне лица. Лекарства не помогали, и именно для того, чтобы облегчить боль, я посоветовал консультацию гипнотизера.

Если уж в обычных условиях Мари была трудной пациенткой, то после несчастного случая она стала особенно упрямой и язвительной.

- Гипноз действует только на тупиц и людей со слабой волей. Вы поэтому мне его советуете?

- Мари, как мне убедить Вас, что гипноз не имеет ничего общего ни с интеллектом, ни с волей? Гипнабельность - это врожденная черта. Да и какой риск? Вы говорите мне, что боль невыносима - есть реальная возможность, что часовая консультация принесет некоторое облегчение.

- Вам это кажется нормальным, но я не хочу, чтобы из меня делали идиотку. Я видела гипноз по телевизору - жертвы выглядели придурками. Они думали, что плавают, будучи на сухой сцене, или что они гребут в лодке, в то время как сидели на стуле. У кого-то изо рта вываливался язык, и он не мог засунуть его назад.

- Если бы я подумал, что подобные вещи могут случиться со мной, я бы чувствовал себя так же беспокоенно, как и Вы. Но есть огромная разница между гипнозом по телевизору и медицинским гипнозом. Я точно скажу, чего Вам ожидать. Главное - никто не собирается Вами управлять. Вместо этого Вы научитесь помещать себя в такое состояние сознания, в котором сможете контролировать свою боль. Похоже, Вы все еще не умеете доверять ни мне, ни другим докторам.

- Если бы врачи заслуживали доверия, они бы подумали о том, чтобы вовремя позвонить нейрохирургу, и мой муж был бы сейчас

жив!

- Сегодня здесь столько всего происходит, столько проблем - Ваша боль, Ваше беспокойство (и предубеждение) насчет гипноза, Ваш страх показаться глупой, Ваш гнев и недоверие к докторам, включая меня - я не знаю, с чего начать. Вы чувствуете то же самое? Как Вы думаете, с чего нам сегодня начать?

- Вы доктор, а не я.

Так и продолжалась терапия. Мари была ранимой, раздраженной и, несмотря на декларируемую благодарность ко мне, часто саркастической и насмешливой. Она никогда не останавливалась на одной проблеме, а быстро перескакивала с одного на другое. Временами она брала себя в руки и извинялась за свою стервозность, но неизменно через несколько минут снова становилась раздраженной и ноющей. Я знал: самое важное, что я мог сделать для нее, особенно в этот кризисный период, - это сохранить наши отношения и не позволить ей оттолкнуть меня. Поэтому я сдерживался, но мое терпение не беспредельно, и я чувствовал облегчение от того, что мог разделить эту ношу с Майком.

Я также хотел получить поддержку от коллеги. Таков был мой скрытый мотив при организации этой консультации. Я хотел, чтобы кто-то другой оценил мою работу с Мари, чтобы кто-то сказал мне: "Да, она упряма. Тебе с ней чертовски сложно приходится". Эта нуждающаяся часть меня действовала не в интересах Мари. Я не хотел, чтобы у Майка была гладкая и легкая консультация - я предпочел бы, чтобы он помучился так, как приходилось мучиться мне. Да, признаю, мне хотелось, чтобы Мари доставила Майку неприятности. Я мысленно говорил ей: "Давай, Мари, покажи свой нрав!"

Но, к моему изумлению, сеанс протекал хорошо. Мари была хорошей сомнамбулой, и Майк умело индуцировал гипнотическое состояние и научил ее, как самой погружать себя в транс. Затем он занялся ее болью, используя техники анестезии. Он посоветовал ей представить себе, что она в кресле дантиста и ей делают инъекцию новокаина.

- Представьте себе, как Ваша щека и челюсть все больше и больше немеют. Теперь Ваша щека и в самом деле совсем онемела. Коснитесь

ее рукой и убедитесь, что она совсем деревянная. Представьте себе, что Ваша рука - передатчик онемения. Она немеет, когда касается Вашей онемевшей щеки, и может передавать это онемение в любую другую часть Вашего тела.

Отсюда Мари было легко сделать еще один шаг и передать онемение во все болезненные участки своего лица и шеи. Отлично. Я заметил на ее лице след облегчения.

Затем Майк поговорил с ней о боли. Вначале он объяснил функцию боли: то, как она служит предупреждением, сообщая ей, насколько сильно она сдвинула свою челюсть и насколько энергично она жует. Это необходимая, функциональная боль - в отличие от бессмысленной боли, которая вызвана поврежденными, раздраженными нервами и не служит никакой полезной цели.

Первым делом, советовал Майк, Мари нужно побольше узнать о своей боли: научиться различать функциональную боль и ненужную. Лучший способ сделать это - начать задавать прямые вопросы и серьезно обсуждать свою боль со стоматологом. Он - как раз тот, кто лучше всего знает, что происходит с ее лицом и ртом.

Утверждения Майка были удивительно ясными и произносились с должным сочетанием профессионализма и отеческой заботы. Мари и он на минуту встретились глазами. Затем она улыбнулась и кивнула. Он понял, что она получила сообщение и поняла его.

Майк, вероятно, польщенный реакцией Мари, перешел к своей последней задаче. Мари была заядлой курильщицей, и одним из мотивов, заставивших ее согласиться на консультацию с ним, была надежда на то, что он поможет ей бросить курить. Майк, специалист в этом деле, начал свое хорошо отрепетированное, блестящее выступление. Он подчеркнул три главных момента: что она хочет жить, что ей нужно тело, чтобы жить, и что сигареты - яд для ее тела. Для иллюстрации Майк предложил:

- Подумайте о своей собаке или, если у Вас ее нет сейчас, представьте себе собаку, которую Вы очень любите. Теперь представьте себе собачьи консервы, на которых написано "яд". Вы ведь не будете кормить свою собаку отравленной пищей, не так ли?

И опять Мари и Майк встретились глазами, и Мари снова улыбнулась и кивнула. Хотя Майк знал, что его пациентка ухватила

мысль, он, тем не менее, продолжал развивать ее:

- Так почему же Вы не относитесь к Вашему телу так же хорошо, как Вы относились бы к своей собаке?

В оставшееся время он закрепил инструкции по самогипнозу и научил ее, как противопоставлять своему влечению к курению самогипноз и усиленное осознание (гипервосприятие, как он выражался) того, что тело нужно ей для жизни, и того, что она отравляет его.

Это была отличная консультация. Майк сделал свою работу великолепно: он установил с Мари хороший раппорт и успешно достиг всех целей своей консультации. Мари покинула кабинет, вероятно, довольная им и работой, которую они проделали.

Потом я задумался о сеансе, на котором мы все трое присутствовали. Хотя профессионально консультация меня вполне удовлетворила, я не получил личной поддержки и признания, к которым стремился. Конечно, Майк не имел представления о том, чего я на самом деле от него хотел. Вряд ли я мог признаться более молодому коллеге в своих незрелых желаниях. К тому же, он не мог догадаться о том, насколько трудной пациенткой была Мари и какие адские усилия я на нее затрачивал - с ним она сыграла роль образцовой пациентки, возможно, из чистого духа противоречия.

Конечно, все эти чувства остались скрытыми от Майка и Мари. Затем я подумал о них обоих - их неисполненных желаниях, их скрытых размышлениях и мнениях о консультации. Предположим, через год Майк, Мари и я напишем каждый воспоминания об этом совместном сеансе. Насколько наши мнения совпадут? Я подозревал, что каждый из нас будет не в состоянии понять этот сеанс с чужой точки зрения. Но почему через год? Предположим, нам нужно написать их через неделю. Или в этот самый момент. Могли бы мы ухватить и зафиксировать подлинное и существенное содержание этого часа?

Это нетривиальный вопрос. На основании данных, которые пациенты сообщают о событиях, произошедших задолго до этого, терапевты, как они обычно полагают, могут реконструировать их жизнь: обнаружить решающие события первых лет развития,



подлинную природу отношений с каждым из родителей, отношения между родителями, братьями и сестрами, семейную структуру, внутренние переживания, сопровождавшие синяки и шишки ранних лет, историю детской и подростковой дружбы.

Однако могут ли терапевты, историки или биографы восстановить жизнь с какой-либо степенью точности, если реальность одного-единственного часа и то схватить не удастся? Много лет назад я провел эксперимент, в котором я и моя пациентка записывали свое мнение о каждом из наших терапевтических сеансов. Позже когда мы сравнивали, было порой трудно поверить, что мы описывали один и тот же сеанс. Даже наши взгляды на то, что было полезным, различались. Мои элегантные интерпретации? Она их никогда даже не замечала! Вместо этого она вспоминала и ценила мои личные замечания в ее поддержку [Город Творцов](#).

В такие моменты мечтаешь об объективной оценке реальности или о каком-нибудь официальном и четком снимке сеанса. Тревожно осознавать, что реальность - не более, чем иллюзия, в лучшем случае - согласование восприятий разных наблюдателей.

Если бы мне пришлось писать короткий отчет об этом сеансе, я бы построил его вокруг двух наиболее "реальных" моментов: двух раз, когда Мари и Майк встретились глазами и она улыбнулась и кивнула. Первая улыбка последовала за рекомендацией Майка, чтобы Мари в деталях обсудила свою боль со своим хирургом; вторая была вызвана его выводом, что она не стала бы кормить свою собаку отравленной пищей.

Позже мы с Майком довольно долго обсуждали этот сеанс. С профессиональной точки зрения он считал консультацию успешной. Мари была хорошей сомнамбулой, и он достиг всех целей своей консультации. Кроме того, для него это было положительным личным переживанием после тяжелой недели, в течение которой он госпитализировал двух пациентов и имел стычку с заведующим отделением. Ему доставило удовольствие то, что я наблюдал его компетентную и эффективную работу. Он был моложе меня и всегда ценил мою работу. Мое хорошее мнение о нем много для него

значило. Была своеобразная ирония в том, что Майк получил от меня то, что я хотел получить от него.

Я спросил его о двух улыбках. Он хорошо помнил о них и был убежден, что они сигнализировали о наличии связи и воздействия. Улыбки, которые появились в ключевые моменты его работы, означали, что Мари поняла и приняла послание.

Однако, давно зная Мари, я интерпретировал эти улыбки совершенно иначе. Возьмем первую, когда Майк предложил Мари получить побольше информации от своего хирурга, доктора Z. Их отношения - это целая история!

Они впервые встретилась двадцать лет назад, когда были однокурсниками в Мехико. В то время он настойчиво, но безуспешно пытался за ней ухаживать. Она ничего не слышала о нем до того, как с ее мужем не произошла автокатастрофа. Доктор Z., тоже переехавший в США, работал в госпитале, куда привезли ее мужа после несчастного случая, и был главным источником медицинской информации и человеческой поддержки для Мари в течение всего времени, пока ее муж лежал в коме со смертельной раной головы.

Почти сразу же после смерти ее мужа доктор Z., несмотря на то, что у него была жена и пятеро детей, возобновил свои ухаживания и сексуальные инициативы. Она с негодованием пресекла их, но это его не обескуражило. Он подмигивал и намекал ей по телефону, в церкви, даже в зале суда (она подала в суд на госпиталь, обвинив персонал в смерти мужа). Мари считала его поведение недопустимым и отвергала его все более резко. Доктор Z. успокоился только тогда, когда она сказала ему, что он ей противен, что он - последний мужчина в мире, с которым она завела бы роман, и что если он не прекратит ее преследовать, она сообщит его жене, женщине весьма крутого нрава.

Когда Мари выпала из кабины фуникулера, она ударилась головой и была без сознания около часа. Очнувшись от невыносимой боли, она почувствовала себя отчаянно одинокой: у нее не было близких друзей, а двое ее дочерей находились в Европе на каникулах. Когда медсестра скорой помощи спросила, как зовут ее врача, она простонала: "Позвоните доктору Z". По общему мнению, он был самым талантливым и опытным хирургом-стоматологом в этом

районе, и Мари чувствовала, что слишком многое поставлено на карту, чтобы рисковать с неизвестным хирургом.

Доктор Z. сдерживал свои чувства во время первых и основных хирургических процедур (несомненно, он прекрасно поработал), но во время послеоперационного лечения его понесло. Он был циничным, властным и, мне кажется, слегка садистом. Убедив себя в том, что у Мари истерически преувеличенная реакция, он отказался прописать обезболивающие и успокоительные препараты. Он пугал ее безапелляционными утверждениями об опасных осложнениях или остаточных лицевых повреждениях и угрожал бросить это дело, если она будет продолжать жаловаться. Когда я разговаривал с ним о необходимости облегчения боли, он становился задиристым и напоминал мне, что знает намного больше, чем я, о хирургической боли. Возможно, предположил он, я устал от разговоров и хочу сменить специальность. Я опустил до того, что выписал ей успокоительное тайно.

Многие часы я выслушивал жалобы Мари на боль и на доктора Z. (который, как Мари была убеждена, лечил бы ее лучше, если бы она даже теперь, с лицом, искаженным от боли, приняла его сексуальные предложения). Сеансы в его кабинете были унижительны для нее: каждый раз, когда его ассистент покидал комнату, он начинал делать непристойные намеки и часто прикасался руками к ее груди.

Не в силах помочь Мари в ее ситуации с доктором Z., я настаивал на том, чтобы она поменяла врача. По крайней мере, убеждал я, ей нужно проконсультироваться с другим хирургом-стоматологом, и называл ей имена прекрасных консультантов. Она ненавидела все то, что с ней происходило, ненавидела доктора Z., но любое мое предложение встречалось фразой "да, но..." Она мастерски владела искусством говорить "да, но" (на профессиональном языке это называется "жалобщик, отвергающий помощь"). Ее главное "но" заключалось в том, что поскольку доктор Z. начал работу, он - и только он - действительно знает, что происходит у нее во рту. Она ужасно боялась, что ее рот или лицо навсегда останутся деформированными. (Она всегда очень заботилась о своем внешнем виде, а тем более теперь, когда осталась одна). Ничто - ни гнев, ни

гордость, ни оскорбительные прикосновения к груди - не могли перевесить ее потребность в косметическом восстановлении.

Было и еще одно дополнительное, но важное соображение. Поскольку кабина фуникулера накренилась, что и вызвало ее падение, она начала судебный процесс против города. В результате своей травмы Мари потеряла работу, и ее финансовое положение было ненадежным. Она рассчитывала на существенную финансовую компенсацию и боялась вступить в конфликт с доктором Z., чье важное свидетельство о степени ее повреждений и ее страданий могло бы стать решающим для победы в этом процессе.

Таким образом, Мари и доктор Z. сплелись в сложном танце, фигуры которого включали отвергнутые ухаживания хирурга, миллионный судебный процесс, сломанную челюсть, несколько выбитых зубов и прикосновения к груди. Именно в эту невероятную неразбериху Майк - конечно, не зная всего этого - внес свое невинное и резонное предложение, чтобы Мари попросила своего доктора помочь ей понять свою боль. И в этот момент Мари улыбнулась.

Второй раз она улыбнулась в ответ на столь же "хитрый" вопрос Майка: "Вы бы стали кормить свою собаку отравленной пищей?" За этой улыбкой тоже была своя история. Девять лет назад Мари и ее муж Чарльз приобрели собаку - неуклюжую таксу по имени Элмер. Хотя в действительности Элмер был собакой Чарльза, а Мари питала неприязнь к собакам, она постепенно привязалась к Элмеру, который много лет спал с ней в одной постели.

Элмер стал старым, больным и облезлым и, после смерти Чарльза, требовал так много внимания к себе, что, возможно, сослужил Мари хорошую службу - вынужденная занятость часто становится подспорьем в горе и как бы отвлекает от душевной боли на ранних стадиях. (В нашей культуре эта искусственная занятость обеспечивается устройством похорон и бумажной работой, связанной с медицинской страховкой и недвижимостью.)

После приблизительно года психотерапии депрессия Мари снизилась, и она обратилась к переустройству своей жизни. Она была убеждена, что может достичь счастья, только выйдя замуж. Все остальное представлялось ей прелюдией: все другие типы дружбы,

все другие переживания были только способом убить время, пока ее жизнь не возобновится с новым мужчиной.

Но Элмер оказался главной преградой на пути Мари к новой жизни. Она была озабочена поиском мужчины, однако Элмер, очевидно, считал, что он вполне подходящий мужчина для нее. У него началось навязчивое недержание: он отказывался писать на улице и вместо этого, дождавшись возвращения домой, орошал ковер в гостиной. Никакие наказания и воспитательные меры не помогали. Если Мари оставляла его на улице, он выл не переставая, так что соседи, даже живущие через несколько домов от нее, звонили, чтобы заступиться за него, или требовали что-то сделать. Если она каким-то образом наказывала его, он отвечал тем, что пачкал ковры в других комнатах.

Запах Элмера заполнил весь дом. Он встречал посетителей у входной двери, и никакие проветривания, шампуни, дезодоранты или духи не могли его заглушить. Стесняясь приглашать гостей домой, она сначала пыталась компенсировать это приглашениями в рестораны. Постепенно она отчаялась наладить какую-либо нормальную социальную жизнь.

Я вообще не большой любитель собак, но эта казалась мне абсолютным чудовищем. Я видел Элмера один раз, когда Мари привела его ко мне в кабинет - дурно воспитанное создание, которое целый час рычало и с шумом вылизывало свои гениталии. Возможно, именно там и тогда я решил, что Элмера нужно убрать. Я не собирался позволить ему разрушить жизнь Мари. А заодно и мою.

Но тут обнаружились огромные препятствия. Дело не в том, что Мари была нерешительной. В доме обитал еще один жилец, загрязнявший воздух - квартирантка, которая, по словам Мари, питалась исключительно тухлой рыбой. В этой ситуации Мари действовала с исключительным рвением. Она последовала моему совету и вступила в открытую конфронтацию; и когда квартирантка отказалась изменить свои кулинарные привычки, Мари без колебаний попросила женщину убраться.

Но с Элмером Мари чувствовала себя в ловушке. Он был собакой Чарльза, и частица Чарльза еще жила в Элмере. Мы с Мари без конца обсуждали ее возможности. Интенсивная и дорогая ветеринарная

диагностическая работа не приносила никакой пользы. Визиты к зоопсихологу и тренеру также оказались бесплодными. Постепенно она с горечью осознала (подстрекаемая, конечно, мною), что с Элмером необходимо расстаться. Она обзвонила всех своих друзей и спросила, не возьмут ли они Элмера, но не нашлось ни одного сумасшедшего, который бы согласился взять такую собаку. Она дала объявление в газете, но даже обещание бесплатной еды для собаки не вызвало ни у кого энтузиазма.

Надвигалось неизбежное решение. Ее дочери, ее друзья, ее ветеринар - все убеждали Мари усыпить Элмера. И, само собой, я сам незаметно подталкивал ее к этому решению. Наконец, Мари согласилась. Она сделала знак рукой, опустив вниз большой палец, и однажды серым утром повезла Элмера на его последний прием к ветеринару.

Однако одновременно возникла проблема на другом фронте. Отец Мари, который жил в Мехико, стал так слаб, что она подумывала о том, чтобы пригласить его жить с ней. Мне это казалось неудачной идеей для Мари, которая так боялась и не любила своего отца, что многие годы почти не общалась с ним. Фактически именно стремление избежать его тирании было главным фактором, заставившим ее 18 лет назад эмигрировать в Соединенные Штаты. Идея пригласить его жить с ней была вызвана, скорее, чувством вины, чем заботой или любовью.

Указав на это Мари, я также усомнился в том, что имеет смысл отрывать восьмидесятилетнего человека, не говорящего по-английски, от его культуры. В конце концов она уступила и организовала для него постоянный уход в Мехико.

Взгляд Мари на психиатрию? Она часто шутила со своими друзьями: "Сходите к психиатру. Они прелестны. Во-первых, они посоветуют вам выгнать вашу квартирантку. Затем они заставят вас отдать вашего отца в приют для престарелых. И, наконец, они убедят вас убить вашу собаку!"

И она улыбнулась, когда Майк старался убедить ее и мягко спросил: "Вы же не будете кормить свою собаку отравленной пищей, не так ли?"

Так что, с моей точки зрения, две улыбки Мари не означали ее согласия с Майком, а были, наоборот, ироническими улыбками, которые говорили: "Если бы Вы только знали..." Когда Майк попросил ее поговорить со своим хирургом-стоматологом, я представил себе, что она должна была подумать: "Поговорить с доктором Z.! Это верно! Хорошо, я поговорю! Когда я буду здорова и мой судебный иск будет удовлетворен, я поговорю с его женой и со всеми, кого я знаю. Я подниму об этом подонке такой шум, что у него всю жизнь будет в ушах звенеть!"

И, конечно же, улыбка насчет отравленной собачьей пищи была столь же ироничной. Должно быть, она думала: "О, я бы не кормила его отравленной пищей - до тех пор, пока он не стал бы старым и несносным. А затем я бы просто избавилась от него - раз и все!"

Когда на следующем индивидуальном сеансе мы обсуждали консультацию, я спросил ее о двух улыбках. Она очень хорошо помнила каждую.

- Когда доктор К. посоветовал мне подробно поговорить с доктором Z. о своей боли, мне внезапно стало очень стыдно. Я стала спрашивать себя, не рассказали ли Вы ему все обо мне и докторе Z. Мне очень понравился доктор К. Он очень привлекательный, как раз такой мужчина, которого я хотела бы встретить в жизни.

- А как насчет улыбки, Мари?

- Ну, очевидно, я была обескуражена. Неужели доктор К. думает, что я шлюха? Если бы я действительно подумала об этом (на самом деле - нет), я бы поняла, что это сводится к товарообмену - я ублажаю доктора Z. и потакаю его грязным и мелким чувствам в обмен на его помощь в моем судебном процессе.

- Так улыбка говорила...?

- Моя улыбка говорила... А почему Вас так интересует моя улыбка?

- Продолжайте.

- Полагаю, моя улыбка говорила: "Пожалуйста, доктор К., давайте сменим тему. Не спрашивайте меня больше о докторе Z. Надеюсь, Вы не знаете о том, что происходит между нами."

Вторая улыбка? Вторая улыбка вовсе не была, как я думал, иронической реакцией на тему заботы о своей собаке, а имела совершенно иной смысл.

- Мне стало смешно, когда доктор К. стал говорить о собаке и яде. Я поняла, что Вы не рассказали ему об Элмере - иначе он не выбрал бы для иллюстрации собаку.

- И...?

- Ну, об этом трудно говорить. Но, хотя я и не показываю этого - я не умею говорить "спасибо" - я на самом деле очень ценю то, что Вы сделали для меня за последние несколько месяцев. Я бы не справилась со всем этим без Вас. Я уже рассказывала Вам свою психиатрическую шутку (моим друзьям она очень нравится): сначала - квартирантка, затем - отец и, наконец, они заставляют вас убить вашу собаку.

- И...?

- И, мне кажется, Вы вышли за рамки своей роли доктора - я Вас предупреждала, что об этом будет трудно говорить. Я думала, психиатры не должны давать прямых советов. Может быть, Вы позволили своим личным чувствам в отношении собак и отцов взять верх!

- И улыбка говорила...?

- Боже, до чего Вы настойчивы! Улыбка говорила: "Да-да, доктор К., я поняла. А теперь давайте быстрее перейдем к другому предмету. Не спрашивайте меня о моей собаке. Я не хочу, чтобы доктор Ялом выглядел плохо".

Ее ответ вызвал у меня смешанные чувства. Неужели она была права? Неужели я позволил вмешаться своим личным чувствам? Чем больше я думал об этом, тем больше убеждался, что это не так. Я всегда испытывал теплые чувства к своему отцу и обрадовался бы возможности пригласить его жить в моем доме. А собаки? Это правда, что я не симпатизировал Элмеру, но я знал, что меня не интересуют собаки, и строго следил за собой. Любой человек, который познакомился бы с этой ситуацией, посоветовал бы ей избавиться от Элмера. Да, я был уверен, что действовал так лишь в ее интересах. Следовательно, мне было неловко принимать от Мари ее благородную защиту моего профессионализма.

Это выглядело какой-то конспирацией - как будто я признавал, что мне есть что скрывать. Однако я также осознавал, что она выразила мне благодарность, и это было приятно.



Наш разговор об улыбках открыл такой богатый материал для терапии, что я отложил свои размышления о разном восприятии реальности и помог Мари исследовать свое презрение к себе за то, что она пошла на компромисс с доктором Z. Она также выразила свои чувства ко мне с большей откровенностью, чем раньше: свой страх зависимости, свою благодарность, свой гнев.

Гипноз помог ей переносить боль в течение трех месяцев, пока ее поврежденная челюсть не зажила, стоматологическое лечение не завершилось и лицевые боли не утихли. Ее депрессия снизилась, а гнев уменьшился; но, несмотря на все эти улучшения, я все же не смог изменить Мари так, как мне хотелось. Она осталась гордой, несколько критичной и сопротивлялась новым идеям. Мы продолжали встречаться, но у нас, казалось, становилось все меньше и меньше тем для обсуждения; и, наконец, несколько месяцев спустя мы согласились, что пора завершать работу. Мари приходила ко мне во время незначительных кризисов каждые несколько месяцев в течение следующих четырех лет; и с тех пор наши жизни больше не пересекались.

Процесс длился три года, и она получила до обидного маленькую сумму. К тому времени ее гнев по отношению к доктору Z. уже иссяк, и Мари забыла о своем решении опорочить его. В конце концов она вышла замуж за пожилого добродушного человека. Я не уверен, что она когда-нибудь снова была по-настоящему счастлива. Но она никогда больше не выкурила ни одной сигареты.

## **Эпилог.**

Консультация Мари - это свидетельство ограниченности знания. Хотя Мари, Майк и я присутствовали на одном сеансе, каждый из нас вынес из него совершенно различный и непредсказуемый опыт. Этот сеанс можно представить как триптих, каждая часть которого отражает точку зрения, потребности и заботы своего автора. Возможно, если бы я сообщил Майку больше информации о Мари, его часть картины больше напоминала бы мою. Но проведя с ней сотни часов, о чем я мог бы ему рассказать? О своем раздражении? О нетерпении? О сожалении, что вел себя с ней заносчиво? О своем удовлетворении ее прогрессом? О своем сексуальном влечении? Об

интеллектуальном любопытстве? О своем желании изменить взгляды Мари, научить ее самопознанию, мечтам, фантазиям, расширить ее кругозор?

Но даже если бы я провел с Майком многие часы, рассказывая обо всем этом, я все же не смог бы адекватно передать свое переживание Мари. Мои впечатления о ней, мое нетерпение, мое удовлетворение - не совсем такие, как у других людей. Я пытаюсь схватить нужное слово, метафору, аналогию, но они никогда не срабатывают; в лучшем случае они остаются слабым приближением к тем ярким образам, которые лишь однажды промелькнули в моем сознании.

Ряд искажающих призм блокирует понимание другого. До того, как был изобретен стетоскоп, врачи слушали звуки человеческой жизни, прижимая ухо к грудной клетке пациента. Представьте себе два сознания, перетекающие друг в друга и передающие мысленные образы непосредственно, как парамеции обмениваются клеточным веществом: это и было бы совершенным союзом.

Возможно, через тысячи лет такой союз будет возможен - окончательное противоядие изоляции, окончательное искоренение частной жизни. Что касается нашего времени, существуют непреодолимые препятствия для такого психического совокупления.

Во-первых, существует барьер между образом и языком. Мы мыслим образами, но для общения с другими вынуждены трансформировать образы в мысли, а мысли - в слова. Этот путь - от образа к мысли и языку - очень коварен. Происходят потери: богатая, сочная ткань образа, его необыкновенная пластичность и текучесть, его личные ностальгические эмоциональные оттенки - все утрачивается при переходе от образа к языку.

Великие художники пытаются передать образ непосредственно с помощью намеков, метафор, с помощью лингвистических приемов, направленных на то, чтобы вызвать у читателя похожий образ. Но в конце концов они понимают неадекватность своих средств стоящей перед ними задаче. Послушайте жалобу Флобера в "Мадам Бовари":

"Между тем, правда в том, что полнота души может иногда переполнить мелкий сосуд языка, ибо никто из нас никогда не может выразить в полной мере своих желаний, мыслей или печалей; и

человеческая речь похожа на разбитый горшок, на котором мы отбиваем грубые ритмы, под которые могли бы танцевать медведи, в то время, как хотели бы сыграть музыку, способную растопить звезды".

Другая причина, по которой мы никогда не можем полностью узнать другого, в том, что мы сами выбираем, что раскрыть. Мари хотела от Майка помощи в неспецифической, безличной области - контроль за болью и прекращение курения, - и поэтому предпочла не раскрываться перед ним. Из-за этого он неправильно истолковал смысл ее улыбок. Я знал о Мари и о ее улыбках больше. Но и я истолковал их смысл неправильно: то, что я знал о ней, было лишь небольшим фрагментом того, что она могла бы рассказать мне или самой себе.

Однажды я работал в группе с пациентом, который в течение двух лет терапии редко обращался ко мне прямо. Однажды Джей удивил меня и других членов группы, объявив ("признавшись", как он выразился), что все когда-либо сказанное им в группе - его обратная связь с другими, его самораскрытие, все его сердитые или утешающие слова - на самом деле говорилось ради меня. Джей воспроизвел в группе опыт своей семьи, где он тосковал по отцовской любви, но никогда не мог попросить о ней. В группе он участвовал во многих драмах, но всегда на заднем плане было мое отношение. Хотя он делал вид, что говорит с другими членами группы, он говорил через них со мной, постоянно ища моего одобрения и поддержки.

После этого признания все мои представления о Джее были взорваны. Я думал, что хорошо знал его неделю, месяц, шесть месяцев назад. Но я никогда не знал подлинного, тайного Джея, и после этого признания вынужден был перестроить его образ, сложившийся в моем сознании, и приписать новый смысл прошлым впечатлениям. Но этот новый Джей, это подменное дитя, надолго ли он останется? Сколько времени пройдет, пока не созреют новые тайны? Пока он не вскроет этот новый слой? Я понял, что, глядя в будущее, увижу там бесконечное число Джеев. И никогда не смогу поймать "настоящего".

Третье препятствие полному пониманию другого относится уже не к познаваемому, а к познающему, который должен проделать ту же процедуру, но уже в обратном порядке: перевести язык в образ - то есть в тот текст, который душа может прочесть. Совершенно невероятно, чтобы образ "получателя" совпал с первоначальным душевным образом "отправителя".

Ошибки перевода сопровождаются ошибками, вытекающими из нашей предвзятости. Мы искажаем других, навязывая им наши собственные излюбленные идеи и схемы, что прекрасно описано у Пруста:

"Мы заполняем физические очертания существа, которое видим, всеми идеями, которые мы уже выстроили о нем, и в окончательном образе его, который мы создаем в своем уме, эти идеи, конечно, занимают главное место. В конце концов они так плотно прилегают к очертаниям его щек, так точно следуют за изгибом его носа, так гармонично сочетаются со звуком его голоса, что все это кажется не более чем прозрачной оболочкой, так что каждый раз, когда мы видим лицо или слышим голос, мы узнаем в нем не что иное, как наши собственные идеи".

"Каждый раз, когда мы видим лицо... мы узнаем в нем не что иное, как наши собственные идеи", - эти слова дают ключ для понимания многих неудавшихся отношений. Дэн, один из моих пациентов, ходил на занятия медитацией, где практиковалась трепоза - форма медитации, при которой двое людей несколько минут держатся за руки, смотрят друг другу в глаза, погружаются в глубокую медитацию друг о друге, а затем повторяют то же самое с новым партнером. После множества подобных взаимодействий Дэн мог ясно различать партнеров: с одними он не чувствовал сильной связи, тогда как с другими ощущал крепкую связь, столь мощную и неразрывную, что был убежден, что вступил в духовное общение с родственной ему душой.

Всякий раз, когда Дэн обсуждал подобные переживания, я вынужден был сдерживать свой скептицизм и рационализм: "Духовное общение, как бы не так! То, что мы здесь имеем, Дэн, это аутистические отношения. Вы не знаете этого человека. Вы, как

сказал бы Пруст, заполняете это существо теми свойствами, о каких Вы мечтаете. И влюбляетесь в свое собственное творение".

Конечно, я никогда не выражал своих чувств открыто. Не думаю, что Дэн захотел бы работать с подобным скептиком. Но я уверен, что внушал свою точку зрения многими косвенными путями: ироническим взглядом, временем, затрачиваемым на комментарии и вопросы, моим увлечением некоторыми темами и равнодушием к другим.

Дэн понял эти намеки и в свою защиту процитировал Ницше, который сказал где-то, что когда вы встречаете кого-то впервые, вы знаете о нем все; при следующих встречах вы ослепляете себя до уровня собственной мудрости. Ницше был для меня большим авторитетом, и эта цитата заставила меня задуматься. Возможно, при новой встрече бдительность ослаблена; возможно, человек еще не решил, какую маску надеть. Может быть, первое впечатление более верное, чем второе или третье. Но это очень далеко от духовного соединения с другим. Кроме того, хотя Ницше и был пророком во многих областях, он явно не являлся экспертом в межличностных отношениях - разве был когда-нибудь более одинокий человек?

Неужели Дэн прав? Мог ли он какими-то мистическими путями открыть что-то важное и истинное о другом человеке? Или он просто заполнял своими собственными идеями и желаниями очертания, которые находил привлекательными только потому, что они вызывали ассоциации с чем-то уютным, родным и теплым?

Мы никогда не сможем проверить ситуацию с медитацией, потому что, как правило, такие занятия проводятся при условии соблюдения "правила молчания": запрещена любая речь. Но несколько раз Дэн встречался с женщинами в реальной жизни, они смотрели друг другу в глаза и он переживал духовное слияние. За редким исключением он убеждался, что этот духовный союз - всего лишь мираж. Женщина обычно оказывалась сбитой с толку или напуганной его предположением, что между ними существует какая-то глубокая связь. Часто Дэну требовалось довольно много времени, чтобы это понять. Я часто чувствовал себя жестоким, когда противопоставлял ему мой взгляд на реальность.

- Дэн, эта необыкновенная близость, которую Вы чувствуете к Диане, - может быть, она обещает возможность отношений в будущем, но посмотрите на факты. Она не отвечает на Ваши звонки, она живет с мужчиной, и теперь, когда их отношения распались, собирается переезжать к кому-то другому. Послушайте, что она говорит Вам.

Изредка женщина, в глаза которой Дэн заглядывал, испытывала такую же глубокую духовную связь с ним и они влюблялись друг в друга - но всякий раз любовь проходила очень быстро. Иногда она просто болезненно угасала а порой превращалась в грубые и ревнивые обвинения. Часто Дэн, его любовница или они оба заканчивали депрессией. Какими бы ни были хитросплетения его любовных отношений, окончательный результат был всегда одним и тем же: никто не получал от другого того, чего хотел.

Я убежден, что во время этих первых встреч, когда их увлечение только завязывалось, Дэн и его партнерша обманывались в том, что видели друг в друге. Каждый из них видел отражение своего собственного умоляющего, тоскливого взгляда и принимал его за желание и любовь. Оба они были птенцами со сломанными крыльями, каждый из которых пытался летать, ухватившись за другого. Люди, чувствующие пустоту, никогда не исцеляются, соединяясь с другим нецелостным, неполным человеком. Наоборот, две птицы со сломанными крыльями, объединившись, совершают весьма неуклюжий полет. Никакой запас терпения не может помочь им лететь; и, в конце концов, они должны расстаться и залечивать раны по отдельности.

Невозможность познать другого связана не только с проблемами, которые я описал - глубинными структурами образа и языка, намеренной и ненамеренной человеческой скрытностью, слепотой наблюдателя, - но и с необыкновенным богатством и сложностью каждого отдельного человека. В то время как для распознавания биохимической и электрической активности мозга предпринимаются грандиозные научные проекты, поток переживаний каждого человека настолько сложен, что всегда будет опережать любую новейшую записывающую технологию.

Джулиан Барнс в блестящей и остроумной манере проиллюстрировал в "Попугае Флобера" непостижимую человеческую сложность. Автор поставил перед собой цель открыть подлинного Флобера, человека из плоти и крови, который скрывается за привычным образом. Не удовлетворенный традиционными биографическими методами, Барнс попытался постичь сущность Флобера, используя косвенные методы: обсуждая, например, его интерес к поездам, животных, к которым он имел склонность, или разные способы (и цвета), которые он использовал, описывая глаза Эммы Бовари.

Барнсу, конечно, не удалось уловить квинтэссенцию личности Флобера и в конце концов он поставил перед собой более скромную задачу. Посетив два музея Флобера - один в доме его родителей, другой в доме, где он жил в зрелые годы, - Барнс увидел в каждом чучело попугая, который, по заявлению сотрудников обоих музеев, был прототипом Лулу, попугая из "Простой души". Эта ситуация расшевелила исследовательское любопытство Барнса: черт возьми, хоть он и не смог отыскать настоящего Флобера, но, по крайней мере, сможет установить, какой из двух попугаев настоящий!

Внешний вид обоих попугаев не помог: они походили друг на друга, как две капли воды; и к тому же оба совпадали с опубликованным Флобером описанием Лулу. Далее, в одном из музеев пожилой смотритель представил доказательство подлинности попугая. На его жердочке был штамп "Музей Руана"; затем он показал Барнсу фотокопию квитанции, подтверждающей, что Флобер более ста лет назад взял напрокат (и затем вернул) попугая из муниципального музея. Окрыленный близостью разгадки, автор поспешил в другой музей, но обнаружил лишь, что на жердочке у конкурирующего попугая стоит точно такой же штамп.

Позднее он поговорил со старейшим из ныне живущих членов "Общества почитателей Флобера", который и рассказал ему подлинную историю попугаев. Когда создавались оба музея (спустя много лет после смерти Флобера), каждый из директоров независимо от другого пошел в муниципальный музей с копией квитанции в руке и попросил попугая Флобера для своего музея. Каждого директора провели на огромный склад чучел животных, где

находилось по меньшей мере пятьдесят внешне одинаковых чучел попугаев! "Выбирайте", - предложили каждому из них.

Невозможность идентификации подлинного попугая положила конец вере Барнса в то, что "настоящий" Флобер или еще кто-нибудь "настоящий" может быть найден. Но многие люди так никогда и не обнаруживают бесплодность таких поисков и продолжают верить, что если бы у них было достаточно информации, они могли бы описать и объяснить человека. Всегда существовали разногласия между психологами и психиатрами по поводу значимости личностного диагноза. Некоторые верят в успех начинания и посвящают свою карьеру достижению еще большей точности нозологической классификации. Другие, к которым я отношу и себя, сомневаются, что диагноз можно принимать всерьез, что его можно считать чем-то большим, чем простой набор симптомов и поведенческих черт. Несмотря на это, мы находимся под все возрастающим давлением (больниц, страховых компаний, правительственных учреждений), заставляющих нас определять человека диагностической фразой или пронумерованной категорией.

Даже самая либеральная система психиатрической классификации накладывает границы на бытие другого. Если мы относимся к людям с полной уверенностью, что можем их определить, мы никогда не увидим в них те части - жизненно важные части, - которые выходят за рамки наших определений. Продуктивные отношения всегда подразумевают, что другой никогда не познаваем до конца. Если бы меня вынудили приписать Мари официальный диагностический статус, я бы последовал формуле, предписанной в DSM-III-R (современный психиатрический диагностический и статистический справочник) и вывел бы точный и официально звучащий диагноз, состоящий из шести частей. Но я знаю, что он не имел бы ничего общего с настоящей, живой Мари - Мари, которая всегда удивляла меня и ускользала от понимания, - Мари двух улыбок.



## **8. Три нераспечатанных письма.**

- Первое пришло в понедельник. День начался обыкновенно. Я все утро работал с бумагами, а около полудня вышел забрать почту - обычно я просматриваю почту за ланчем. По какой-то причине, не знаю, у меня было предчувствие, что этот день сулит неожиданности. Я подошел к почтовому ящику и... и...

Саул не мог продолжать. Его голос сорвался. Он опустил голову и попытался взять себя в руки. Я ни разу не видел его в таком ужасном состоянии. Его взгляд был затравленным и полным отчаяния, глаза опухли и покраснели, кожа покрылась пятнами и блестела от пота.

Через несколько минут он попробовал продолжить.

- Среди корреспонденции я увидел, что пришло... Я... Я не могу продолжать, я не знаю, что делать...

За те три или четыре минуты, что Саул находился в моем кабинете, он довел себя до состояния невероятного волнения. Он начал дышать часто, делая короткие, резкие и неглубокие вдохи. Он уронил голову на колени и попытался сдержать дыхание, но безуспешно. Затем он поднялся со стула и начал ходить по кабинету, глотая воздух большими порциями. Еще немного такой гипервентиляции, и я знал, что Саул потеряет сознание. Хотел бы я в тот момент иметь под рукой коричневый бумажный пакет, в который он мог бы дышать, но в отсутствие этого старого народного средства (которое не хуже любого другого противодействует гипервентиляции) я решил успокоить его словами.

- Саул, с Вами ничего не случится. Вы пришли сюда за помощью, и я могу Вам ее оказать. Мы справимся с этим вместе. Я хочу, чтобы Вы сделали следующее. Начнем с того, что Вы ляжете вот на эту кушетку и сконцентрируетесь на Вашем дыхании. Вначале дышите глубоко и быстро; затем мы постепенно успокоим дыхание. Я хочу, чтобы Вы сосредоточились только на одном и ни на чем больше. Вы меня слышите? Обращайте внимание лишь на то, что воздух, поступающий в Ваши ноздри, всегда кажется более прохладным, чем тот, что Вы выдыхаете. Сконцентрируйтесь на этом. Вскоре Вы заметите, что по мере замедления дыхания выдыхаемый Вами воздух становится все теплее.

Мое предложение оказалось более эффективным, чем я ожидал. За считанные минуты Саул расслабился, его дыхание замедлилось, и признаки паники исчезли.

- Теперь, Саул, когда Вы выглядите получше, давайте вернемся к работе. Помните, что меня нужно ввести в курс дела, - ведь я не видел Вас три года. Что конкретно с Вами случилось? Расскажите все по порядку. Я хочу услышать все в деталях.

Детали - это замечательная вещь. Они информируют, успокаивают и уменьшают страх одиночества: пациент чувствует, что раз вы знаете детали, вы посвящены в его жизнь.

Саул предпочел не объяснять мне предысторию, а продолжать описывать последние события с того места, где он прервал рассказ.

- Я забрал свою корреспонденцию и вернулся в дом, отбрасывая обычную кучу разного хлама - рекламные объявления, просьбы о пожертвованиях. А потом я увидел его - большой коричневый официальный конверт из Стокгольмского исследовательского института. Наконец-то он пришел! Неделями я ждал этого письма, а теперь, когда оно, наконец, пришло, я не мог его открыть.

Он остановился.

- Что случилось потом? Не пропускайте ничего.

- Думаю, я просто рухнул на стул в кухне и сидел там. Затем я сложил письмо и засунул его в задний карман брюк. И начал готовить обед.

Снова пауза.

- Продолжайте. Не пропускайте ничего.

- Я сварил два яйца и сделал яичный салат. Забавно, но сэндвичи с яичным салатом всегда меня успокаивали. Я ем только его, когда расстроен, - не латук, не помидоры, не рубленый сельдерей или лук. Только размятые яйца, соль, перец, майонез, намазанные на очень мягкий белый хлеб.

- Это сработало? Сэндвичи Вас успокоили?

- Пока я их готовил, мне пришлось нелегко. Во-первых, меня отвлекал конверт - его острые края кололи мне задницу. Я достал письмо из кармана и начал с ним играть. Ну, Вы понимаете - подносить его к свету, прикидывать его вес, пытаюсь догадаться,

сколько в нем страниц. Дело не в том, что это имеет какое-то значение. Я знал, что сообщение будет коротким - и жестоким.

Несмотря на свое любопытство, я позволил Саулу рассказывать историю по-своему и в избранной им самим последовательности.

- Продолжайте.

- Ну, съел я сэндвичи. Я даже съел их тем же способом, каким ел в детстве - слизывая с хлеба яичный салат. Но и это не помогло. Мне нужно было что-то более сильное. Это письмо было слишком уничтожающим. В конце концов я убрал его в ящик письменного стола в своем кабинете.

- Нераспечатанным?

- Нераспечатанным. И оно до сих пор не распечатано. Зачем его вскрывать? Я знаю, что в нем. Читать эти слова означает только еще сильнее растравлять рану.

Я не знал, о чем говорит Саул. Я даже не знал о его связях со Стокгольмским институтом. Теперь я уже изнывал от любопытства, но находил извращенное удовольствие в том, чтобы не удовлетворять его. Мои дети всегда дразнили меня за то, что я разворачивал подарок сразу же, как только мне его вручали. Без сомнения, мое терпение в тот день показывало, что я достиг определенной степени зрелости. Куда торопиться? Саул вскоре все мне объяснит.

- Второе письмо пришло через восемь дней. Конверт был идентичен первому. Я положил его в тот же ящик, что и первое. Но спрятать их - это не решение. Я не мог перестать думать о них, но эти мысли были невыносимы. Если бы я никогда не ездил в Стокгольмский институт!

Он вздохнул.

- Продолжайте.

- Большую часть двух последних недель я провел в фантазиях наяву. Вы уверены, что хотите все это услышать?

- Я уверен. Расскажите мне об этих фантазиях.

- Ну, иногда я воображал себя на суде. Я появлялся перед сотрудниками института - их побили и обокрали. Я вел себя блестяще. Я отказался от адвоката и поразил всех тем, как отвечал на все обвинения. Вскоре стало ясно, что мне нечего скрывать. Судьи были в смятении. Один за другим они вскакивали и торопились

поздравить меня и попросить извинения. Это один вид фантазий. На несколько минут они заставляли меня почувствовать себя лучше. Другие были не столь хороши и отличались какой-то патологичностью.

- Расскажите мне о них.

- Иногда я чувствовал как будто стеснение в груди и думал, что у меня мини-инфаркт. Таковы его симптомы - никакой боли, только затрудненность дыхания и стеснение в грудной клетке. Я пытался посчитать пульс, но никак не мог найти чертову артерию. Когда я, наконец, уловил удары, то стал спрашивать себя, действительно ли они идут из артерии или из тонких артериол на моих пальцах.

Я насчитал около двадцати шести ударов за 15 секунд, 26x4 - это 104 в минуту.

Затем я спросил себя, хорошо это или плохо? Я не знал, сопровождается ли мини-инфаркт учащенным или замедленным пульсом. Я слышал, что у Бьерна Борга пульс 50.

Потом я стал фантазировать о том, чтобы разрезать артерию, ослабить давление и выпустить кровь. При пульсе 104 в минуту сколько времени пройдет, пока я потеряю сознание? Затем я подумал о том, чтобы ускорить пульс и заставить кровь бежать быстрее. Я мог испытать это на моем велотренажере! За пару минут я увеличил пульс до 120.

Иногда я представлял себе, как кровь наполняет бумажный стаканчик. Я мог слышать каждую струйку, брызжащую в навощенные стенки стакана. Возможно, сто ударов наполнят стакан - это всего пятьдесят секунд. Затем я стал думать о том, чем разрезать запястья. Кухонным ножом? Маленьким острым с черной ручкой? Или бритвенным лезвием? Но больше нет режущих лезвий - только съемные безопасные. Раньше я никогда не замечал исчезновения бритвенных лезвий. Думаю, так же исчезну и я. Незаметно. Может быть, кто-нибудь и вспомнит обо мне в критический момент, как я подумал о вымерших бритвенных лезвиях.

Но лезвия не исчезли. Благодаря моим мыслям они еще живы. Знаете, не осталось в живых никого из тех, кто был взрослым, когда я был ребенком. Так что как ребенок я мертв. Когда-нибудь, лет через сорок, не останется в живых никого, кто вообще когда-либо знал

меня. Вот тогда я умру по-настоящему - когда не буду существовать больше ни в чьей памяти. Я много думал о том, что какой-нибудь очень старый человек является последним из живущих, кто помнит другого человека или целый круг людей. Когда этот человек умирает, весь этот круг тоже исчезает из живой памяти. Я спрашивал себя, кто будет тот последний человек, чья смерть сделает меня окончательно мертвым?

Последние несколько минут Саул говорил с закрытыми глазами. Внезапно он открыл их и обратился ко мне:

- Вы сами просили. Вы хотите, чтобы я продолжал? Все это довольно болезненные вещи.

- Все, Саул. Я хочу точно знать, через что Вы прошли.

- Самое ужасное, что мне не с кем поговорить, не к кому обратиться, некому довериться - у меня нет верного друга, с которым я осмелился бы поговорить обо всем этом.

- А как же я?

- Не знаю, помните ли Вы, но мне потребовалось 15 лет, чтобы решиться и прийти к Вам впервые. Я просто не мог вынести того позора, которым для меня является возвращение к Вам. Мы добились вместе такого успеха, я не мог побороть стыд и явиться назад побежденным.

Я понимал, что имеет в виду Саул. Мы работали вместе очень продуктивно полтора года. Три года назад, заканчивая терапию, мы с Саулом очень гордились изменениями, которых он достиг. Наша заключительная сессия была своеобразным присуждением аттестата духовной зрелости - ей не хватало только духового оркестра, сопровождающего его победный марш в открытый мир.

- Поэтому я пытался справиться с этим сам. Я знал, что означают эти письма: они - мой окончательный приговор, мой личный апокалипсис. Думаю, я убежал от них шестьдесят три года. Теперь, может быть, из-за того, что я стал медлительным - из-за моего возраста, веса, моей эмфиземы, - они меня нагнали. Я всегда находил способы отложить приговор. Вы их помните?

Я кивнул:

- Некоторые из них.

- Я рассыпался в извинениях, изнурял себя, распространял слухи о том, что у меня прогрессирующий рак (это никогда не отказывало). И всегда, если ничто другое не работало, можно было просто откупиться. Я посчитал, что 50 тысяч долларов исправят катастрофу со Стокгольмским институтом.

- Почему Вы передумали? Что заставило Вас позвонить мне?

- Третье письмо. Оно пришло дней через десять после второго. Оно положило конец всему - всем моим планам, всем надеждам на спасение. Полагаю, оно также положило конец моей гордости. Через несколько минут после его получения я уже звонил Вашей секретарше.

Остальное я знал. Моя секретарша сказала об этом звонке:

- В любое время, когда доктор сможет принять меня. Я знаю, как он занят. Да, неделя после вторника - отлично, никакой срочности.

Когда секретарша сказала мне о его втором звонке через несколько часов ("Мне неприятно беспокоить доктора, но я хотел узнать, не сможет ли он уделить мне хотя бы несколько минут, но только чуть раньше"), я расценил это как знак крайнего отчаянья и перезвонил ему, чтобы договориться о немедленной консультации.

Потом он продолжил, резюмируя события своей жизни, случившиеся после нашей последней встречи. Вскоре после окончания терапии, около трех лет назад, Саул, крупный нейробиолог, получил выдающуюся награду - приглашение на шесть месяцев в Стокгольмский исследовательский институт в Швеции. Награда была щедрой: стипендия в 50 тысяч долларов без каких-либо условий, и он был свободен вести свои собственные исследования или участвовать в совместной исследовательской или преподавательской работе в любом объеме по своему выбору.

Когда он прибыл в Стокгольмский институт, его приветствовал доктор К., знаменитый специалист по клеточной биологии. Доктор К. имел величественный вид: разговаривая на безупречном оксфордском диалекте, он был несгибаем в свои семьдесят пять лет, а благодаря своим семидесяти шести дюймам роста (1,93 м - ред.) имел самую монументальную в мире осанку. Бедный Саул изо всех сил вытягивал шею, чтобы достичь 5,6 футов (1,68 м - ред.). Хотя другие находили его бруклинскую старомодность подкупающей, Саул

ежился при звуке собственного голоса. Доктор К. никогда не получал Нобелевскую премию (хотя и был два раза претендентом), но он, несомненно, был сделан из того же теста, что и лауреаты. Тридцать лет Саул восхищался им издали, а теперь в его присутствии с трудом мог собраться с духом и взглянуть в глаза этого великого человека.

Когда Саулу было семь лет, его родители погибли в автокатастрофе, и его вырастили дядя и тетя. С тех пор лейтмотивом его жизни стал неустанный поиск дома, привязанности и одобрения. Неудачи всегда наносили ему жестокие раны, которые медленно заживали и еще больше усиливали его чувство собственной незначительности и одиночества; успех приносил бурную, но мимолетную радость.

Но в тот момент, когда Саул приехал в Стокгольмский исследовательский институт, в тот момент, когда его приветствовал доктор К., он ощутил странную уверенность, что цель уже у него в руках, что есть надежда на какое-то окончательное умиротворение. В тот момент, когда он пожимал энергичную руку доктора К., у него возникло видение блаженства и искупления - как он и доктор К. работают рука об руку в качестве равноправных сотрудников.

За несколько часов Саул, недостаточно продумав, выдвинул предложение, чтобы он и доктор К. вместе работали над обзором мировой литературы по дифференциации мышечных клеток. Саул предложил осуществить творческий синтез и определить наиболее многообещающие направления будущих исследований. Доктор К. выслушал, дал осторожное согласие и предложил встречаться дважды в неделю с Саулом, который будет вести библиотечные исследования. Саул с жаром принялся осуществлять не до конца продуманный проект и особенно ценил свои консультации с доктором К., на которых они рассматривали результаты работы Саула и искали осмысленные модели для обобщения разнообразных литературных данных.

Саул пригрелся в лучах этого тесного сотрудничества и не заметил, что его литературные изыскания оказались непродуктивными. Поэтому он был в шоке, когда спустя два месяца доктор К. выразил свое разочарование работой и посоветовал ее прекратить. Никогда в жизни Саул не оставлял проекты

нереализованными, и его первой реакцией было предложение продолжать работу самостоятельно. Доктор К. ответил: "Я, конечно, не могу запретить Вам, но я нахожу это непродуманным. В любом случае я желаю отделиться от этой работы".

Саул сразу пришел к выводу, что еще одна публикация (удлиняющая его библиографию с 261 до 262 названий) будет куда менее полезна, чем продолжение сотрудничества с великим доктором, и после двухдневного размышления предложил еще один проект. Саул опять обещал выполнить 95% работы. Доктор К. снова дал осторожное согласие. В оставшиеся у него месяцы в Стокгольмском институте Саул работал как проклятый. Уже и так перегруженный преподаванием и консультированием более молодых коллег, он вынужден был работать ночами, готовясь к встречам с доктором К.

По истечении шести месяцев проект еще не был завершен, но Саул заверил доктора К., что он закончит его и опубликует в ведущем журнале. Саул имел в виду один журнал, издаваемый его бывшим учеником, который всегда выпрашивал у него статьи. Через три месяца Саул закончил статью и, получив одобрение доктора К., послал ее в журнал только для того, чтобы через одиннадцать месяцев получить уведомление, что редактор тяжело болен и издатели с сожалением приняли решение прекратить издание журнала и поэтому возвращают все присланные статьи.

Саул, теперь уже встревоженный, немедленно послал статью в другой журнал. Шесть месяцев спустя он получил отказ - первый за двадцать пять лет, - в котором объяснялось, с почтительностью, подобающей статусу авторов, почему журнал не может опубликовать статью: за последние восемнадцать месяцев было опубликовано уже три добротных обзора той же литературы, и, кроме того, предварительные отчеты об исследованиях, опубликованные в последние месяцы, не подтвердили выводов, сделанных Саулом и доктором К. относительно плодотворных направлений в этой области. Однако журнал будет рад повторно рассмотреть статью, если она будет осовременена, изменены основные акценты и переформулированы выводы и рекомендации.



Саул не знал, что делать. Он не мог, не хотел опозориться перед доктором К., признавшись, что теперь, спустя восемнадцать месяцев, их статья все еще не принята к публикации. Саул был уверен, что у доктора К. никогда не было отвергнутых статей - до тех пор, пока он не связался с этим маленьким, настырным нью-йоркским мошенником. Саул знал, что литературные обзоры стареют быстро, особенно в такой бурно развивающейся области, как клеточная биология. Он также имел достаточный опыт общения с редакциями, чтобы понимать, что это простая вежливость: статью не спасти, если он и доктор К. не потратят кучу времени на ее переработку. Кроме того, переработать статью, общаясь по почте, трудно: необходимо личное общение. У доктора К. была гораздо более неотложная работа, и Саул был уверен, что он предпочтет просто умыть руки.

Это был тупик: чтобы принять какое-либо решение, Саул должен был рассказать доктору К., что произошло, - но не мог заставить себя сделать это. Поэтому Саул, как обычно в таких ситуациях, не делал ничего.

Дело ухудшалось тем, что он написал важную статью на сходную тему, которая немедленно была принята к публикации. В этой статье он высоко отзывался о некоторых идеях доктора К. и цитировал их неопубликованную статью. Журнал проинформировал Саула, что их новая политика не позволяет хвалить кого-либо без его письменного разрешения (чтобы избежать спекуляции знаменитыми фамилиями). По той же причине запрещено цитировать неопубликованные работы без письменного согласия соавторов.

Саул был в шоке. Он не мог - без упоминания о судьбе их совместного предприятия - попросить у доктора К. разрешения упомянуть его. И опять не стал ничего делать.

Несколько месяцев спустя его работа (без упоминания о докторе К. и без цитаты из их совместной работы) появилась как ведущая статья в выдающемся нейробиологическом журнале.

- И это, - сказал Саул с тяжелым вздохом, - приводит нас к сегодняшнему дню. Я боялся публикации этой статьи. Я знал, что доктор К. прочтет ее. Я знал, что он почувствует и что подумает обо мне. Я знал, что в его глазах и в глазах всего Стокгольмского института я буду выглядеть мошенником, вором, хуже, чем вором. Я

ждал его ответа и получил первое письмо через четыре недели после публикации - ровно по расписанию - как раз столько времени требовалось, чтобы номер журнала попал в Скандинавию, чтобы доктор К. прочел его и вынес приговор. Как раз достаточно времени, чтобы письмо дошло до меня в Калифорнии.

Саул остановился. Его взгляд умолял меня: "Я не могу продолжать. Избавьте меня от этого всего. Избавьте меня от этой боли".

Я никогда не видел Саула таким униженным, но был убежден, что смогу быстро оказать ему помощь. Поэтому я поинтересовался своим самым деловым и уверенным тоном, какие у него планы и какие он предпринял шаги. Он колебался и затем сказал мне, что решил вернуть 50 тысяч долларов Стокгольмскому институту. Зная по нашей предыдущей работе, что я не одобряю его склонность откупаться таким образом от трудных ситуаций, Саул не оставил мне времени на ответ, а поспешил дальше, сказав, что еще не решил, как это лучше сделать. Он обдумывал письмо, сообщающее, что он возвращает деньги, потому что не использовал продуктивно время стажировки в институте. Другая возможность заключалась в том, чтобы преподнести открытый дар Стокгольмскому институту - дар, который не имел бы внешней связи с чем-либо другим. Такой дар, думал он, будет ловким ходом - страховым полисом, призванным предотвратить всякое возможное осуждение его поведения.

Я мог понять неловкость, которую испытывал Саул, сообщая мне об этих планах. Он знал, что я не соглашусь. Он ненавидел расстраивать кого-либо и нуждался в моем одобрении почти так же, как в одобрении доктора К. Я чувствовал облегчение оттого, что он смог поделиться этим со мной, - пока это было единственное светлое пятно за весь сеанс.

На короткое время мы оба погрузились в молчание. Саул был опустошен и в изнеможении откинулся назад. Я тоже утонул в своем кресле и обдумывал ситуацию. Вся эта история напоминала комический кошмар - детскую страшилку, в которой очередной социальный промах Саула все глубже засасывал его в безвыходную ситуацию.

Но во внешнем облике Саула не было ничего смешного. Он выглядел ужасно. Он всегда преуменьшал свою боль - всегда боялся

меня "побеспокоить". Если бы я умножил все признаки стресса в десять раз, я бы получил верное представление: его готовность заплатить 50 тысяч долларов, болезненные суицидальные размышления (он совершил серьезную попытку самоубийства пять лет назад), анорексия, его бессонница, просьба поскорее со мной встретиться. Его давление (как он сказал мне раньше) поднялось со 120 до 190, а шесть лет назад в период стресса у него был обширный, чуть не стоивший ему жизни инфаркт.

Так что было ясно, что я не должен приуменьшать серьезность ситуации: Саул действительно дошел до крайности, и я должен был оказать ему немедленную помощь. Его невротическая реакция была, на мой взгляд, абсолютно иррациональна. Бог знает, что в этих письмах, - возможно, какое-нибудь постороннее объявление - о научной конференции или о новом журнале. Но в одном я был уверен: эти письма не содержали осуждения ни со стороны доктора К., ни со стороны Стокгольмского института. И, без сомнения, как только он их прочтет, его отчаяние рассеется.

Прежде чем продолжать, я взвесил альтернативы: не слишком ли я тороплюсь, не проявляю ли излишней активности? Как насчет моего контрпереноса? Это правда, что я был нетерпелив с Саулом. "Все это идиотизм, - хотела сказать какая-то часть меня. - Идите домой и прочтите эти чертовы письма!" Возможно, я был раздосадован, что моя предыдущая терапия с ним дала трещину. Не мое ли раненое самолюбие заставляло меня быть нетерпеливым с Саулом?

Хотя это правда, что в тот день он казался мне глупцом, в целом Саул мне всегда очень нравился. Он понравился мне сразу же, с первой встречи. Меня расположила к нему одна фраза, сказанная им при нашей первой встрече: "Мне скоро пятьдесят девять, и когда-нибудь мне хотелось бы иметь возможность прогуляться по Юнион Стрит и потратить весь день на разглядывание витрин".

Я всегда был неравнодушен к пациентам, которые сталкиваются с теми же проблемами, что и я. Мне было известно все об этом желании прогуляться среди дня. Сколько раз я сам тосковал, что не могу позволить себе роскошь беззаботно прогуляться в среду днем по Сан-Франциско! Как и Саул, я продолжал настойчиво работать и

навязывал сам себе такой трудовой режим, который делал невозможной подобную прогулку. Я знал, что за нами гонится один и тот же волк.

Чем глубже я заглядывал в себя, тем больше убеждался, что по-прежнему испытываю положительные чувства к Саулу. Несмотря на его отталкивающий вид, я симпатизировал и сочувствовал ему. Я представил себе, что баюкаю его у себя на руках, и нашел эту идею приемлемой. Я был уверен, что, несмотря на свое нетерпение, буду действовать в интересах Саула.

Я понимал также, что есть определенные недостатки в том, чтобы быть слишком энергичным. Излишне активный терапевт часто подталкивает пациента к инфантильности: по словам Мартина Бубера, он не дает ему "раскрыться", а вместо этого навязывает себя другому. Несмотря на это, я чувствовал уверенность в том, что смогу разрешить весь этот кризис за один или два сеанса. В свете этой уверенности риск переборщить казался незначительным.

Кроме того (как я смог оценить только позже, когда приобрел более объективный взгляд на самого себя), Саулу не повезло, что он обратился ко мне на той стадии моей профессиональной карьеры, когда я был нетерпелив и директивен и настаивал на том, чтобы пациенты сразу и полностью осознавали свои чувства по отношению ко всему, включая смерть (даже если это убиваю их). Саул позвонил мне примерно в то же время, когда я пытался разорвать любовную навязчивость Тельмы (см. "Лечение от любви"). Это было также в то время, когда я заставлял Марвина понять, что его сексуальная озабоченность на самом деле является замаскированным страхом смерти (см. "В поисках сновидца"), и неосторожно давил на Дэйва, пытаясь доказать, что его привязанность к старым любовным письмам была тщетной попыткой отрицания старения и физической слабости ("Не ходи крадучись").

Так что, плохо ли, хорошо ли, я решил сосредоточиться на письмах и заставить его открыть их за один, самое большее - два сеанса. В те годы я часто вел группы с госпитализированными пациентами, чье пребывание в больнице обычно было коротким. Поскольку я встречался с ними всего по несколько раз, я стал сторонником того, чтобы помогать пациентам быстро

формулировать реалистический список необходимых задач и терапевтических целей и концентрироваться на их успешном достижении. В своем разговоре с Саулом я положился на эти техники.

- Саул, как Вы думаете, чем я могу сейчас помочь? Что бы Вам больше всего хотелось, чтобы я сделал?

- Я знаю, что через несколько дней приду в себя. Я просто не могу ясно мыслить. Я должен написать доктору К. немедленно. Сейчас я работаю над письмом к нему, которое шаг за шагом описывает все детали случившегося.

- Вы планируете отослать письмо, прежде чем откроете те три письма? - Меня приводила в ужас мысль, что Саул разрушит свою карьеру каким-нибудь глупым действием. Я мог себе представить, какое недоумение отразится на лице доктора К., когда он будет читать длинное письмо Саула с оправданиями в том, в чем доктор К. никогда его не обвинял.

- Когда я думаю, что мне делать, я часто слышу Ваш голос, задающий рациональные вопросы. В конце концов, что этот человек может мне сделать? Разве будет человек вроде доктора К. писать обо мне в журнал уничтожающее письмо? Он никогда не опустится до такого. Это бы опозорило его так же, как меня. Да, я мысленно задаю себе те вопросы, которые бы Вы задали. Но Вы должны помнить, что я не мыслю чисто логически.

В этих словах прозвучал несомненный, хотя и завуалированный упрек. Саул всегда был заискивающим, и большую часть предыдущего цикла терапии мы посвятили изучению и исправлению этой черты. Поэтому мне было приятно, что он смог занять более твердую позицию по отношению ко мне. Но меня огорчило его напоминание, что люди в состоянии стресса не обязательно мыслят логически.

- О'кей, тогда расскажите мне о Вашем нелогичном сценарии. Черт побери! Я подумал, что это никуда не годится. В моих словах прозвучала какая-то снисходительность, которой я вовсе не чувствовал. Но прежде чем я успел изменить свою реплику, Саул послушно стал отвечать. Обычно в терапии я обязательно возвращаюсь и анализирую подобные реплики, но в тот день на такие тонкости не было времени.

- Может быть, я брошу науку. Несколько лет назад у меня были тяжелейшие головные боли, и невропатолог прописал мне X-лучи, сказав, что это, несомненно, мигрень, но есть слабый шанс, что это опухоль. Я подумал тогда, что моя тетка была права: со мной действительно что-то не в порядке. Примерно лет в восемь я почувствовал, что она утратила веру в меня и не слишком переживала бы, если бы со мной произошло что-то нехорошее.

Я знал из бесед, которые мы вели три года назад, что тетка, которая вырастила его после смерти родителей, была злобной и мстительной женщиной.

- Если бы это было правдой, - спросил я, - если бы она действительно так плохо о Вас думала, разве она стала бы так давить на Вас, чтобы Вы женились на ее дочери?

- Это началось только тогда, когда ее дочери стукнуло тридцать. Никакая беда - даже моя кандидатура на роль зятя - не могла быть хуже, чем одиночество дочери.

Проснись! Что ты делаешь? Саул сделал то, о чем ты просил - изложил свой нелогичный сценарий, а у тебя хватило глупости, чтобы увязнуть в нем. Будь внимательнее!

- Саул, каковы Ваши планы? Представьте, что Вы в будущем. Месяц спустя - Вы откроете эти письма?

- Да, несомненно, через месяц они будут открыты. Ну, подумал я, это хоть что-то. Больше, чем я ожидал. Я попытался достичь еще большего.

- Вы откроете письма до того, как отправите то письмо доктору К.? Как Вы сказали, я рационален, но, по крайней мере, один из нас должен оставаться рациональным. - Саул не выдавил улыбки. У него начисто отшибло чувство юмора. Я был вынужден перестать подтрунивать, так как терял с ним связь.

- Мне кажется разумным сперва прочесть их.

- Я не уверен. Я абсолютно ничего не знаю. Я знаю только, что за все шесть месяцев, что я провел в Стокгольмском институте, у меня было всего три выходных. Я работал по субботам и воскресеньям. Несколько раз я отказывался от светских приглашений, даже от приглашений доктора К., потому что не хотел покидать библиотеку.

Он ищет пути для отступления, подумал я. Он подбрасывает мне приманку. Не отвлекайся!

- Как Вы думаете, Вы откроете письма до того, как вернете 50 тысяч долларов?

- Я не уверен.

Я подумал: вполне вероятно, что Саул уже отослал деньги, и если это так, он запутается в своей лжи и поставит под удар всю нашу работу. Я должен был выяснить правду.

- Саул, мы должны начинать работу, опираясь на взаимное доверие, как и раньше. Пожалуйста, скажите мне, Вы уже послали эти деньги?

- Еще нет. Но я буду откровенен с Вами - мне это кажется разумным и я, вероятно, так и поступлю. Я должен сначала продать некоторое количество акций, чтобы собрать эту сумму.

- Ну, вот что я думаю. Очевидно, что Вы пришли ко мне для того, чтобы я помог Вам открыть эти письма. - Тут я слегка манипулировал - он этого не говорил. - Мы оба знаем, что в конце концов в следующем месяце Вы их наверняка откроете. - Более сильная манипуляция: я хотел превратить грубую догадку Саула в твердое обещание. - Мы оба знаем также - и я обращаюсь к Вашей рациональной части, - что глупо предпринимать важные непоправимые шаги до тех пор, пока Вы их не прочтете. Кажется, что главные вопросы - это когда - когда Вы их откроете? - и как - как я могу Вам помочь?

- Я должен просто сделать это. Но я не уверен. Я абсолютно ничего не знаю.

- Вы хотите принести их сюда и открыть в моем кабинете? Действовал ли я сейчас в интересах Саула или просто был вуайеристом [Город Творцов](#) (как при посещении склепа Аль Каноне или при телерепортаже об открытии сейфа с "Титаника").

- Я мог бы принести их сюда и открыть здесь вместе с Вами, и Вы позаботились бы обо мне, если бы я потерял сознание. Но я не хочу. Я хочу поступить как взрослый.

Браво! Против этого трудно возразить. Настойчивость Саула сегодня была впечатляющей. Я не ожидал такой твердости. Я только

желал бы, чтобы она не служила защитой этого безумия с письмами. Саул в самом деле уперся, и, хотя я уже сомневался в своем выборе директивного подхода, я настаивал:

- Или Вы хотите, чтобы я пришел к Вам домой и помог открыть их там? - я подозревал, что у меня будут причины сожалеть о столь грубом давлении, но не мог остановиться. - Или как-то по-другому? Если бы Вы могли планировать наше совместное время, каким образом я мог бы лучше всего помочь Вам?

Саул не двигался.

- Не имею абсолютно никакого представления. Поскольку мы уже задержались почти на 15 минут и меня ждал другой пациент, тоже в кризисном состоянии, я с неохотой закончил сеанс. У меня осталось такое беспокойство за Саула (и за выбранную мною стратегию), что я хотел увидеться с ним на следующий день. Однако в моем расписании совсем не было времени, и мы договорились о сеансе через два дня.

Во время встречи с другим пациентом мне было трудно выкинуть из головы Саула. Меня поразило сопротивление, которое он проявил. Снова и снова я натыкался на непробиваемую стену. Совсем непохоже на Саула, которого я знал и который был так патологически услужлив, что многие люди эксплуатировали его. Две его предыдущие жены выставили ему совершенно невероятные условия развода, которые он не оспаривал. (Саул чувствовал себя таким беспомощным перед лицом чьих-то требований, что решил оставаться холостяком эти последние двадцать лет.) Студенты обычно добивались от него невероятных поблажек. Чаще всего он назначал слишком низкую цену за свои профессиональные консультации (и ему обыкновенно недоплачивали).

В каком-то смысле я тоже эксплуатировал эту черту Саула (но, уверял я себя, для его же пользы):- чтобы сделать мне приятное, он стал назначать справедливую цену за свои услуги и отказывал в тех просьбах, которые не хотел удовлетворять. Изменение поведения (хотя и вызванное невротическим желанием добиться моей любви и сохранить ее) раскрутило спираль адаптации и повлекло за собой многие другие благотворные изменения. Я попытался применить тот же поход с письмами, надеясь, что Саул по моей просьбе откроет их



немедленно. Но, очевидно, я не рассчитал. У Саула откуда-то взялась сила противостоять мне. Меня бы порадовала эта его новая сила, если бы цель, которой она служила, не была столь саморазрушительной.

Саул не пришел на следующую встречу. Минут за тридцать до начала сеанса он позвонил моей секретарше и сообщил, что надорвал спину и не может встать с постели. Я сразу же перезвонил, но услышал лишь автоответчик. Я оставил сообщение, чтобы он позвонил мне, но прошло несколько часов, а он не ответил. Тогда я позвонил снова и оставил сообщение, неотразимое для пациентов: позвонить мне, потому что я должен сказать ему что-то важное.

Когда Саул позвонил позже в тот вечер, я был встревожен мрачным и сухим тоном его голоса. Я знал, что он не повредил спину (он часто избегал неприятных конфронтации, симулируя болезнь), и он знал, что я об этом знаю; но сухой тон его голоса безошибочно свидетельствовал, что я больше не имею права это обсуждать. Что делать? Я беспокоился за Саула. Я сожалел о поспешных решениях. Я боялся самоубийства. Нет, я не позволю ему порвать со мной. Я насильно заставлю его увидеться со мной. Я ненавижу эту роль - но не видел иного выхода.

- Саул, полагаю, я неправильно оценил степень боли, которую Вы испытываете, и оказал слишком большое давление на Вас, чтобы Вы открыли эти письма. У меня есть идея получше - о том, как мы должны работать. Но в одном я уверен: сейчас не время пропускать сеансы. Я предлагаю, если Вы недостаточно хорошо чувствуете себя, чтобы двигаться, навестить Вас дома.

Саул, конечно, возражал, выдвигая много заранее известных доводов: он не единственный мой пациент, я слишком занят, он уже чувствует себя лучше, нет никакой спешки, вскоре он сам сможет приехать в мой офис. Но я был так же тверд, как и он, и меня нельзя было отговорить. Наконец, он согласился принять меня завтра с утра.

По дороге к дому Саула на следующий день я был в приподнятом настроении. Я снова исполнял почти забытую роль. Много времени прошло с тех пор, когда я приезжал к пациентам на дом. Я вспоминал свои студенческие дни, свою работу по вызовам в Южном Бостоне, лица давно ушедших пациентов, запахи ирландских кварталов -

капусты, затхлости, вчерашнего пива, ночных горшков, стареющей плоти. Я вспомнил одного хронического старого больного на моем участке, диабетика с двумя ампутированными ногами. Он выспрашивал меня о новых фактах, почерпнутых из утренней газеты: "Какой овощ содержит больше всего сахара? Лук! Вы знали об этом? Чему они учат вас нынче в медицинских училищах?!"

Я размышлял о том, действительно ли лук содержит много сахара, когда подъехал к дому Саула. Парадная дверь была открыта, как он меня предупредил. Я не спрашивал о том, кто оставит ее открытой, если он прикован к постели. Поскольку лучше всего было бы, чтобы Саул лгал мне как можно меньше, я не стал много расспрашивать о его спине и о том, как за ним ухаживают. Зная, что по соседству живет его замужняя дочь, я вскользь намекнул, будто предполагаю, что она заботится о нем.

Спальня Саула была спартанской - грубо оштукатуренные стены и деревянный пол, никаких украшений, фамильных фотографий, никакого следа эстетического вкуса (или присутствия женщины). Он лежал неподвижно, вытянувшись на спине. Он не выразил большого любопытства по поводу нового лечебного плана, о котором я упомянул по телефону. В самом деле, он выглядел таким далеким, и я решил, что прежде всего должен восстановить наши отношения.

- Саул, во вторник эти письма казались мне чем-то вроде обширного и опасного абсцесса для хирурга. - В прошлом Саул был восприимчив к хирургическим аналогиям, будучи знаком с ними по медицинскому институту (в котором он учился до того, как посвятить себя научной карьере); кроме того, его сын был хирургом.

- Я был убежден: абсцесс нужно вскрыть и прочистить и единственное, что мне следует делать, - это убедить Вас разрешить мне провести эту процедуру. Возможно, я поторопился и нарыв еще не созрел. Возможно, мы можем попробовать некий психиатрический эквивалент компрессов и антибиотиков. Давайте на время отложим обсуждение вопроса о вскрытии писем; ясно, что Вы распечатаете их, когда будете готовы. - Я остановился, борясь с искушением очертить временные рамки - месяц - как будто он дал формальное обещание; это было неподходящее время для манипуляций - Саул уловил бы любое лукавство.

Саул не отвечал. Он лежал неподвижно, отведя взгляд.

- Договорились? - подсказал я. Небрежный кивок. Я продолжал:

- Я думал о Вас последние два дня, - теперь я применил одно из самых сильных своих воодушевляющих средств. Замечание о том, что терапевт думал о пациенте вне отведенного ему часа, по моему опыту, всегда подстегивало интерес последнего.

Но в глазах Саула не мелькнуло и тени заинтересованности. Теперь я был действительно обеспокоен, но снова решил не обсуждать его отстраненность. Вместо этого я искал пути наладить с ним связь.

- Мы оба согласны, что Ваша реакция на доктора К. чрезмерна. Это напоминает мне о сильном чувстве, которое Вы часто выражали - чувстве, что Вы никогда никому не принадлежали. Я думаю о Вашей тетке, так часто напоминавшей, как Вам повезло, что она согласилась заботиться о Вас и не отдала в приют.

- Я когда-нибудь говорил Вам, что она так никогда и не приняла меня? - внезапно Саул снова вернулся ко мне. Нет, не по-настоящему - теперь мы разговаривали вместе, но параллельно, а не друг с другом.

- Когда две ее дочери болели, на дом приходил семейный доктор. Когда болел я, она везла меня в областную больницу и кричала: "Этот сирота нуждается в медицинской помощи".

Интересно, заметил ли Саул, что в конце концов, в возрасте 63 лет, он добился домашнего визита доктора.

- Так что Вы никогда нигде не были по-настоящему "своим", никогда не были по-настоящему "дома". Я помню, что Вы рассказывали мне о своей кровати в теткинском доме - диванчике, который Вы каждый вечер должны были раскладывать в гостиной.

- Последним ложился, первым вставал. Я не мог раздвинуть свой диван, пока кто-нибудь находился вечером в гостиной, а по утрам должен был вставать и убирать его, пока никто не пришел.

Я обратил больше внимания на его спальню - такую же голую, как комнаты в средней руки мексиканских отелях, и еще вспомнил описание пустой, выкрашенной в белый цвет кельи Виттенштейна в Кембридже. Было похоже, что у Саула все еще нет спальни, нет

комнаты, которую он сделал своей собственной, исключительно своей.

- Наверное, доктор К. и Стокгольмский институт представляются Вам истинным раем. Наконец Вы нашли место, которому принадлежите, дом и, возможно, отца, - все, что Вы постоянно искали.

- Возможно, Вы правы, доктор.

Не имело значения, прав я или нет. Не имела значения также почтительность Саула. Мы говорили - и это было важно. Я почувствовал себя спокойнее, мы плыли в знакомых водах.

Саул продолжал:

- Пару недель назад я видел в магазине книгу о "комплексе мошенника". Это про меня. Я всегда представлял себя не тем, кто я есть, всегда чувствовал себя мошенником, всегда боялся разоблачения.

Это был привычный материал, мы проходили это много раз, и я не беспокоился о том, чтобы опровергать его самообвинения. Не было смысла. Раньше я часто делал это, и у него на все был готовый ответ. ("У Вас очень успешная научная карьера". - "Во второсортном университете на третьесортном факультете". - "263 публикации?" - "Я публикуюсь сорок два года, это всего лишь по шесть в год. Кроме того, многие из них меньше трех страниц. Я часто переписываю одну и ту же статью пятью разными способами. Эта цифра содержит также тезисы, рецензии на книги и главы из коллективных монографий - почти никакого оригинального материала".)

Вместо этого я сказал (я мог говорить достаточно авторитетно, поскольку речь шла не только о нем, но и обо мне):

- Именно это Вы имели в виду, когда сказали, что эти письма преследовали Вас всю жизнь! Неважно, чего Вы достигли, неважно, что Вы сделали столько, что хватило бы для троих, Вы все время чувствовали, что надвигается суд и разоблачение. Как мне отрезвить Вас? Как помочь Вам понять, что это вина без преступления?

- Мое преступление в том, что я выдаю себя за другого. Я ничего не сделал серьезного в своей области. Я знаю это, и доктор К. знает это теперь, и если бы Вы немного разбирались в нейробиологии, Вы бы тоже это знали. Никто не в состоянии вынести обо мне более верный приговор, чем мне.

Я автоматически подумал: "Не "чем мне", а "чем я". Ваше единственное реальное преступление в том, что Вы перепутали формы местоимения первого лица".

Потом я заметил, что становлюсь критичным. К счастью, я не произнес этого вслух - и лучше бы не произносил следующей своей фразы:

- Саул, если Вы считаете себя таким плохим, как Вы говорите, не имеете никаких добродетелей и умственных способностей, то почему тогда Вы думаете, что Ваше суждение, в частности, суждение о себе, столь непогрешимо и безупречно?

Ответа не последовало. Раньше Саул улыбнулся бы и поднял на меня глаза, но сегодня он явно был не в настроении играть словами.

Я закончил сеанс заключением контракта. Я согласился помочь, чем могу, встречаться с ним в течение кризиса, навещать его дома столько, сколько необходимо. Взамен я просил, чтобы он согласился не принимать непоправимых решений. Я добился от него ясно выраженного обещания не вредить себе, не писать доктору К. (без предварительной консультации со мной) и не возвращать деньги Стокгольмскому институту.

Договор не совершать самоубийства (письменное или устное соглашение, в котором пациент обещает позвонить терапевту, когда почувствует опасные разрушительные импульсы, а терапевт обещает прекратить терапию, если пациент нарушит соглашение и совершит попытку самоубийства) всегда смущал меня своей нелепостью ("Если Вы покончите с собой, я никогда не буду Вас больше лечить"). Однако он может быть весьма эффективным, и я почувствовал себя заметно увереннее, заключив его с Саулом. Домашние посещения тоже имели свое преимущество: неудобные для меня, они заставляли Саула чувствовать себя в долгу передо мной и укрепляли наш контракт.

Следующий сеанс, два дня спустя, протекал примерно в том же духе. У Саула было сильное желание послать в дар 50 тысяч долларов, а я оставался тверд в своем неприятии этого плана и извлекал на свет всю историю его склонности откупаться от проблем. Он дал мне сухое описание своего первого столкновения с деньгами. С десяти до семнадцати лет он продавал газеты в Бруклине. Его дядя, грубый и резкий человек, о котором Саул редко упоминал,

арендовал для него место около входа в метро и отвозил его туда каждое утро в 5.30 и забирал тремя часами позже, чтобы доставить в школу, - неважно, что Саул каждый раз опаздывал на 10-15 минут и начинал каждый день в школе с замечаний.

Хотя Саул все семь лет отдавал каждый пенни из своей выручки дяде, он никогда не чувствовал, что приносит достаточно денег, и начал ставить перед собой недостижимые цели - сколько денег он должен сегодня заработать. Любая неудача в достижении этих целей наказывалась тем, что он лишал себя части или всего обеда. Для этого он научился жевать медленно, прятать пищу за щеку или раскладывать ее на тарелке так, чтобы ее казалось меньше. Если под взглядом дяди или тети он был вынужден проглотить пищу (не то чтобы он верил, что они заботятся о его питании), он научился бесшумно вызывать у себя рвоту в ванной после еды. Точно так же, как когда-то он пытался купить для себя место в своей семье, теперь он пытался купить безопасное место за столом доктора К. и Стокгольмского института.

- Мои дети не нуждаются в деньгах. Сын получает за операцию на сердце 2 тысячи долларов и часто делает по две в день. А муж моей дочери имеет шестизначное жалование. Лучше я сейчас отдам их Стокгольмскому институту, чем позже их оттяпает одна из моих бывших жен. Я решил преподнести 50 тысяч долларов в дар. Почему нет? Я могу это себе позволить. Моя страховая компания и университет платят мне достаточную пенсию, значительно больше, чем мне нужно для жизни. Я сделаю это анонимно. Я сохраню квитанцию и, если случится худшее, всегда смогу представить доказательство, что вернул деньги. Если ничего из этого не понадобится, то и тогда все будет в порядке. Это хорошее решение - лучшее из всего, что я знаю.

- Важно не само решение, а как и когда Вы принимаете его. Есть разница между желанием сделать что-то и необходимостью сделать это (чтобы избежать некой опасности). Я полагаю, что как раз сейчас Вы действуете по необходимости. Если отдать 50 тысяч долларов - это хорошая идея, она останется хорошей и через месяц. Поверьте мне, Саул, лучше не принимать непоправимых решений, когда у Вас сильный стресс и Вы действуете (как Вы сами заметили) не совсем

рационально. Я прошу лишь отсрочки, Саул. Просто отложите этот дар на время, пока не пройдет кризис, пока письма не будут вскрыты.

Он снова согласно кивнул. Я опять стал подозревать, что он уже послал 50 тысяч долларов и просто не в силах сказать мне. Это похоже на него. В прошлом у Саула были такие трудности в том, чтобы делиться потенциально неприятным материалом, что я установил в последние 15 минут каждого сеанса специальное время "секретов", когда просил его набраться храбрости и поделиться секретами, которые он утаил за предыдущую часть сеанса.

Несколько сеансов мы с Саулом продолжали в том же духе. Я приезжал к нему домой рано утром, входил в дверь, таинственно оставленную открытой, и проводил терапию у постели Саула, где он лежал, вытянувшись на распорках, которые, как мы оба знали, были фиктивными. Но работа, казалось, шла хорошо. Хотя я был не так увлечен им, как в прошлом, я делал то, что обычно ожидают от терапевтов: прояснял схемы и смыслы, помогал Саулу понять, почему письма так фатально потрясли его, что они не только представляют некую нынешнюю профессиональную неудачу, но и символизируют вечный поиск принятия и одобрения. Его стремление было столь неистовым, а потребность столь сильной, что он потерпел крах. В том случае, например, если бы Саул так отчаянно не нуждался в одобрении доктора К., он избежал бы всех проблем, сделав то, что делает любой сотрудник - просто проинформировав соавтора о развитии их совместной работы.

Мы проследили раннее развитие этих схем. Определенные сцены (ребенок, который всегда "последним ложится, первым встает"; подросток, который не проглатывает пищу, если не продал достаточное количество газет; тетка, орущая "Этот сирота нуждается в медицинской помощи") были концентрированными образами - эпистемами, как называл их Фуко, которые представляли в кристаллизованной форме всю структуру его жизни.

Но Саул, не отвечая на условно корректную терапию, с каждым сеансом все глубже погружался в отчаянье. Его эмоциональный тон стал ровным, лицо сделалось более неподвижным, он сообщал все меньше и меньше информации - и потерял весь свой юмор и чувство меры. Его самоуничтожение выросло до гигантских размеров.

Например, во время одного из сеансов, когда я напомнил ему о том, как много безвозмездных консультаций он дал стажерам и молодым сотрудникам Стокгольмского института, Саул стал утверждать, что в результате того, что он сделал с этими блестящими молодыми учеными, он отбросил всю область на двадцать лет назад! Я разглядывал свои ногти, когда он говорил, и поднял с улыбкой глаза, ожидая увидеть на его лице ироническое, игривое выражение. Но похолодел, поняв, что это не игра: Саул был смертельно серьезен.

Все чаще и чаще он бубнил об идеях, которые он украл, о жизнях, которые он разрушил, о неудавшихся браках, учениках, которых несправедливо завалил (или выдвинул). Широта и размах его порочности были, конечно, свидетельствами всемогущества и величия, которые, в свою очередь, скрывали более глубокое чувство никчемности и незначительности. Во время этих обсуждений мне вспомнился мой первый пациент, которого я вел во времена своей ординатуры, - один краснощекий фермер с волосами песочного цвета, в психотическом состоянии утверждавший, что он развязал третью мировую войну. Об этом фермере - забыл его имя - я не вспоминал больше тридцати лет. То, что поведение Саула вызвало в моей памяти такую ассоциацию, само по себе являлось существенным диагностическим знаком.

У Саула была тяжелая анорексия; он начал быстро терять вес, у него было глубокое расстройство сна, его преследовали постоянные саморазрушительные фантазии. Он был на той критической границе, которая отделяет страдающего, хрупкого и тревожного человека от психотика. Зловещие признаки быстро множилось в наших отношениях: они теряли свои человеческие черты. Мы с Саулом больше не относились друг к другу как друзья или союзники; мы перестали улыбаться друг другу и касаться друг друга - как психологически, так и физически.

Я начал объективировать его: Саул больше не был человеком, который подавлен, он был болен "депрессией" - точнее, в терминах Диагностического и статистического справочника по психическим расстройствам, - "истинной депрессией тяжелого, периодического, меланхолического типа, сопровождающейся апатией, психомоторной заторможенностью, потерей энергии, аппетита и



расстройством сна, идеями отношения и параноидными и суицидальными импульсами" (DSM-Ш, код 296.33). Я подумывал о том, какие медикаменты попробовать и куда его госпитализировать.

Мне никогда не нравилось работать с теми, кто перешагнул границу психоза. Больше, чем чему-либо иному, я придаю значение присутствию терапевта и его вовлеченности в терапевтический процесс; но теперь я заметил, что отношения между мной и Саулом были полны скрытности - с моей стороны не меньше, чем с его. Я подыгрывал ему в его притворстве с травмой спины. Если бы он действительно был прикован к постели, кто ему помогал? Кормил его? Но я никогда не спрашивал об этом, так как знал, что подобные расспросы еще больше отдалят его от меня. Казалось, что лучше всего действовать, не советуясь с ним, и проинформировать его детей о его состоянии. Я спрашивал себя, какую позицию мне следует занять в отношении 50 тысяч долларов? Если Саул уже отослал деньги в Стокгольмский институт, не посоветовать ли им вернуть дар? Или, по крайней мере, наложить временный арест на его счета? Имел ли я право делать это? Или обязанность? Или было бы халатностью этого не сделать?

Я по-прежнему часто думал о письмах (хотя состояние Саула стало столь тяжелым, что я все меньше доверял своей хирургической аналогии с "удалением абсцесса"). Когда я шел по дому Саула к его спальне, то оглядывался вокруг, пытаюсь определить, где тот стол, в котором они хранятся. Может быть, мне снять ботинки и пошарить вокруг - во всех ящиках, - пока я не найду их, не вскрыю и не вылечу Саула от безумия с помощью их содержания?

Я вспоминал о том, как в восемь или девять лет у меня образовался большой нарыв на запястье. Добрый семейный доктор держал мою руку очень нежно, пока обследовал ее - и вдруг прихлопнул ее тяжелой книгой, которую незаметно держал в другой руке, и выдавил нарыв. За одно мгновение нестерпимой боли он закончил лечение, избежав мучительной хирургической процедуры. Но допустим ли такой благотворный деспотизм в психиатрии? Результаты были замечательными, нарыв зажил. Но прошло еще много лет, прежде чем я решился снова пожать руку доктору!

Мой старый учитель, Джон Уайтхорн, считал, что можно диагностировать "психоз" по характеру терапевтических отношений: пациента, говорил он, можно считать "психотиком", если терапевт больше не чувствует, что они с пациентом являются союзниками в работе по улучшению психического здоровья пациента. Согласно этому критерию, Саул был психотиком. Моя задача состояла теперь не в том, чтобы помочь ему открыть три этих пресловутых письма, или быть более настойчивым, или предпринять дневную прогулку: она была в том, чтобы уберечь его от госпитализации и не дать разрушить себя.

Таково было мое положение, когда произошло неожиданное. Вечером накануне моего очередного визита я получил от Саула сообщение, что его спина прошла, что теперь он снова может ходить и придет в мой офис к назначенному часу. Как только я взглянул на него, еще до того, как он успел что-либо сказать, то осознал, что произошли глубокие перемены: со мной снова был прежний Саул. Исчез человек, погруженный в отчаянье, чуждый всему человеческому - смеху, ощущению жизни. Несколько недель он был заперт в психозе, в стены которого я безуспешно стучался. Теперь он неожиданно вырвался наружу и снова был со мной.

Только одно могло сделать это, думал я. Письма!

Саул не продержал меня долго в напряжении. За день до этого ему позвонил коллега, попросивший дать рецензию на научный проект. Во время их разговора друг спросил вскользь, слышал ли он новость о докторе К. Встревоженный, Саул ответил, что был прикован к постели и последние несколько недель ни с кем не общался. Коллега сказал, что доктор К. внезапно умер от легочной эмболии, и стал описывать обстоятельства его смерти. Саул с трудом удержался от того, чтобы не перебить его и не вскричать: "Мне нет дела до того, кто был с ним, как он умер, где он похоронен и кто говорил прощальную речь! Мне нет дела до всего этого! Только скажи мне, когда он умер!" В конце концов Саул выяснил точную дату смерти и быстро вычислил, что доктор К. должен был умереть до того, как получил журнал, и, следовательно, не мог прочесть статьи Саула. Он не был разоблачен! Мгновенно письма перестали быть ужасными, и он достал их из ящика и распечатал.

Первое письмо было от сотрудника Стокгольмского института, просившего у Саула рекомендательное письмо для получения должности в Американском университете.

Второе письмо было простым уведомлением о смерти доктора К. и содержало расписание похоронных мероприятий. Оно было послано всем бывшим и нынешним сотрудникам и стажерам Стокгольмского исследовательского института.

Третье письмо было короткой запиской от вдовы доктора К., которая писала, что, вероятно, Саул уже слышал о смерти доктора К. Доктор К. всегда высоко отзывался о Сауле, и она полагает, что он хотел бы, чтобы она отослала ему неоконченное письмо, которое нашла на письменном столе доктора К. Саул протянул мне короткую рукописную записку от покойного доктора К.:

"Дорогой профессор С.,

Я собираюсь приехать в Соединенные Штаты, впервые за двенадцать лет. Я хотел бы включить в свой маршрут Калифорнию - при условии, что Вы будете на месте и я смогу увидеть Вас. Я очень скучаю по нашим разговорам. Как всегда, я чувствую себя здесь очень одиноко - профессиональный круг в Стокгольмском институте так убог. Мы оба знаем, что наша совместная работа была не слишком успешной, но, по-моему, самое главное - она позволила мне узнать Вас лично после тридцатилетнего знакомства с Вашей работой и глубокого к ней уважения.

Еще одна просьба..."

Здесь письмо прерывалось. Возможно, я прочел в нем больше, чем говорилось, но я вообразил, что доктор К. ждал чего-то от Саула, чего-то столь же важного для него, как то признание, которое жаждал получить Саул. Но если отбросить эту догадку, было и так ясно: ни одно из апокалиптических предсказаний Саула не подтвердилось: тон письма был, несомненно, теплый, принимающий и уважительный.

Саул сумел заметить это, и благотворное действие письма было немедленным и глубоким. Его депрессия со всеми своими зловещими физиологическими признаками исчезла в одно мгновение, и он расценил свои мысли в последние несколько недель как странные и чуждые ему. Кроме того, наши отношения снова восстановились: он опять был со мной приветлив, благодарил меня

за то, что я возился с ним, и выражал сожаление, что причинил мне столько беспокойства за прошедшие несколько недель.

Его здоровье восстановилось, Саул готов был закончить лечение сразу, но согласился прийти еще дважды - на следующей неделе и через месяц. Во время этих сеансов мы пытались понять, что же случилось, и наметили стратегию совладания с возможными стрессами в будущем. Я проверил все симптомы, которые меня беспокоили, - его саморазрушение, его грандиозное чувство своей порочности, его бессонницу и отсутствие аппетита. Его выздоровление было полным. После этого, казалось, делать больше было нечего, и мы расстались.

Позже до меня дошло, что если Саул так сильно ошибался в оценке чувств доктора К. к нему, то он, вероятно, точно так же неправильно оценивал и мои чувства. Понимал ли он когда-нибудь, как сильно я о нем беспокоился, как я хотел, чтобы он время от времени забывал свою работу и наслаждался роскошью дневной прогулки по Юнион Стрит? Понимал ли он когда-нибудь, как сильно я мечтал присоединиться к нему, хотя бы выпить вместе чашечку кофе?

Но, к сожалению, я никогда не говорил этого Саулу. Мы больше не встречались; и спустя три года я узнал, что он умер. Вскоре после этого на вечеринке я встретил молодого человека, который только что вернулся из Стокгольмского института. Во время долгого разговора о годах его стажировки я упомянул, что у меня был друг, Саул, который тоже получил туда приглашение. Да, он знал Саула. Между прочим, любопытно, что его стажировка отчасти состоялась благодаря "добрым отношениям, которые Саул установил между университетом и Стокгольмским институтом". Слышал ли я о том, что в своем завещании Саул оставил Стокгольмскому институту 50 тысяч долларов?

## **9. Терапевтическая моногамия.**

- Я ничто. Грязь. Падаль. Ничтожество. Я слоняюсь по помойкам на задворках человеческого жилья. Боже, умереть! Стать мертвой! Раздавленной в лепешку в автомобильной давке и затем спаленной

из огнемёта. Ничего чтобы не осталось. Ничего. Даже вскользь сказанных слов: "Была когда-то такая козявка по имени Мардж Уайт".

Еще один полночный звонок от Мардж. О Боже, как я их ненавижу! Не потому, что они были вторжением в мою жизнь - я привык, это часть профессии. Год назад, когда я впервые принял Мардж в качестве пациентки, я не сомневался, что будут звонки; как только я ее увидел, то сразу понял, что мне предстоит. Не требовалось большого опыта, чтобы обнаружить признаки глубокого расстройства. Ее опущенная голова и сутулые плечи говорили: "депрессия". Широко раскрытые глаза и беспокойные руки и ноги подтверждали: "тревога". Все остальное: многочисленные попытки самоубийства, расстройство питания, изнасилование в детстве отцом, психотические эпизоды, двадцать три года терапии - просто кричало о том, что передо мной "пограничное состояние", которое вызывает ужас в сердце благополучного стареющего психиатра, стремящегося к комфорту.

Она сказала, что ей тридцать пять лет, она работает техником в лаборатории, что десять лет с ней занимался терапией психиатр, который теперь переехал в другой город, что она бесконечно одинока и что рано или поздно - это лишь вопрос времени - она покончит с собой.

Мардж неистово курила во время сеанса, часто затягиваясь лишь по два-три раза, а затем раздраженно гася сигарету, чтобы через несколько минут зажечь новую. Она не могла сидеть весь сеанс, раза три вставала и прохаживалась туда-сюда. Несколько минут она сидела на полу в противоположном углу моего кабинета, свернувшись клубком, как зверек из мультфильма.

Моим первым побуждением было послать ее подальше - как можно дальше - и больше никогда не видеть. Под любым предлогом: мое время занято, я уезжаю на несколько лет из страны, перехожу к научным исследованиям. Но вскоре я услышал свой голос, предлагающий ей еще одну встречу.

Возможно, меня привлекла красота Мардж, ее черная челка, обрамляющая поразительно белое лицо с классическими чертами. Или это было мое чувство ответственности преподавателя? В последнее время я часто спрашивал себя, могу ли я с чистой

совестью обучать студентов психотерапии и в то же время отказываться лечить трудных пациентов. Полагаю, я принял Мардж по многим причинам, но главной из них, мне думается, был стыд - стыд за стремление к легкой жизни, за избегание тех самых пациентов, которые нуждаются во мне больше всего.

Так что я предвидел такие отчаянные звонки, как этот. Я предвидел кризис за кризисом. И ожидал, что когда-нибудь мне придется ее госпитализировать. Слава Богу, я этого избежал - встреч с ночными дежурными, заполнения бумаг, публичного признания своего поражения, ежедневных поездок в больницу. Уймы пропавшего времени.

Нет, я ненавидел не вторжение и даже не те неудобства, которые были связаны с этими звонками, а то, как мы разговаривали. Точнее, одну вещь: Мардж заикалась при каждом слове. Она всегда заикалась во время приступов - заикалась и искажала свое лицо. Я мог представить себе ее прекрасное лицо, изуродованное гримасами и спазмами. В спокойном, устойчивом состоянии мы с Мардж говорили о лицевых спазмах и решили, что это попытка сделать ее уродливой. Очевидная защита против сексуальности, они появлялись всякий раз, когда возникала сексуальная угроза извне или изнутри. Результат этой интерпретации был похож на круги по воде от брошенного камешка: простого упоминания слова "секс" было достаточно, чтобы вызвать спазмы.

Ее заикание выводило меня из себя. Я знал, что она страдает, но все равно вынужден был сдерживать себя, чтобы не сказать: "Давай, Мардж! Продолжай! Какое там следующее слово?"

Но самым ужасным в этих звонках была моя беспомощность. Она устраивала мне испытание, и я никогда его не выдерживал. В прошлом было, наверное, двадцать таких звонков, и ни разу я не нашел способа помочь ей.

В ту ночь проблема заключалась в том, что она увидела большую статью о моей жене в "Стэнфорд Дэйли". После десяти лет работы моя жена покинула пост главы администрации Стэнфордского центра женских исследований, и университетская газета непомерно восхваляла ее. Дело осложнялось тем, что в тот вечер Мардж

посетила публичную лекцию очень толковой и очень привлекательной молодой женщины-философа.

Я мало встречал людей, столь склонных к самоуничижению, как Мардж. Эти чувства никогда не исчезали, но в лучшие периоды просто отходили на второй план, ожидая удобного случая, чтобы вернуться. Не было лучшего предлога, чем публично признанный успех другой женщины ее возраста: тогда самопрезрение охватывало Мардж, и она начинала более серьезно, чем обычно, обдумывать самоубийство.

Я пытался отыскать успокоительные слова:

- Мардж, зачем Вы все это делаете с собой? Вы говорите, что ничего не сделали, ничего не добились, недостойны существовать, но мы оба знаем, что эти мысли - всего лишь состояние Вашего сознания. Они не имеют никакого отношения к реальности! Вспомните, как хорошо Вы думали о себе две недели назад. Но ведь ничего не изменилось с тех пор во внешнем мире. Вы тот же самый человек, что и тогда!

Я был на правильном пути. Я привлек ее внимание. Она слушала меня, и я продолжал:

- Это Ваше постоянное сравнение себя с другими не в свою пользу - дело крайне саморазрушительное. Слушайте, сделайте перерыв. Не нужно сравнивать себя с профессором Г., которая, возможно, является самым блестящим оратором во всем университете. Не нужно сравнивать себя с моей женой в тот единственный в ее жизни день, когда ее чествуют. Всегда легко, если Вы хотите изводить себя, найти кого-то, в сравнении с кем Вы проигрываете. Мне знакомо это чувство, я делал то же самое.

Послушайте, почему хотя бы раз не выбрать кого-то, кто не имеет того, что имеете Вы? Вы всегда испытывали сострадание к другим. Вспомните о Вашей добровольной работе с бездомными. Вы никогда не ценили себя за это. Сравните себя с кем-нибудь, кому нет дела до других. Или, скажем, почему не сравнить себя с одним из тех бездомных, которым Вы помогаете? Бьюсь об заклад, они с завистью сравнивают себя с Вами.

Гудок в телефонной трубке подтвердил: я совершил колоссальную ошибку. Я был достаточно знаком с Мардж, чтобы точно знать, как

она использует эту мою оплошность: она скажет, что я проявил свои истинные чувства, я уверен в том, что она безнадежна, и единственные люди, в сравнении с которыми она выигрывает, - это самые несчастные создания на земле.

Она не упустила такую возможность и начала наш следующий обычный сеанс - к счастью, приходившийся на следующее утро - с выражения этого самого чувства. Затем она продолжала холодным тоном и отрывистым голосом перечислять мне "истинные факты" о самой себе.

- Мне сорок пять лет. всю мою жизнь я психически больна. Я встречаюсь с психиатрами всю свою жизнь и не могу без них жить. Остаток моей жизни я вынуждена буду пользоваться медицинской помощью. Самое большее, на что я могу надеяться, - это не попасть в сумасшедший дом. Меня никто никогда не любил. У меня никогда не будет детей. У меня никогда не было длительных отношений с мужчиной и нет никакой надежды иметь их в будущем. Я неспособна заводить друзей. Никто не звонит мне в мой день рождения. Отец, который приставал ко мне, когда я была ребенком, умер. Моя мать - озлобленная, безумная женщина, и я с каждым днем все больше становлюсь похожей на нее. Мой брат провел большую часть жизни в сумасшедшем доме. У меня нет никаких талантов, никаких особых способностей. Я всегда буду выполнять черную работу. Я всегда буду бедной и буду тратить большую часть своего заработка на психиатров.

Мардж остановилась. Я подумал, она закончила, но было трудно судить, поскольку она говорила, как привидение - с неестественным спокойствием, не шевеля ничем, кроме губ - ни руками, ни глазами - и даже как будто не дыша.

Внезапно она начала снова, как заводная механическая игрушка, в которой остался один последний виток пружины:

- Вы говорите, что я должна быть терпеливой. Вы говорите, что я не готова - не готова прекратить терапию, не готова к замужеству, не готова завести ребенка, не готова бросить курить. Я ждала. Я прождала всю свою жизнь. Теперь слишком поздно, слишком поздно жить.



В течение всей этой горестной тирады я сидел, не мигая, и на мгновение почувствовал стыд за то, что она меня не тронула. Но это была не черствость. Я уже слышал подобные монологи раньше и помню, как мне стало не по себе, когда Мардж произнесла это впервые. Тогда я был потрясен ее горем, преисполнился сочувствия и превратился в то, что Хемингуэй называл "сопливым еврейским психиатром".

Хуже того, намного хуже (и это трудно признать), я был согласен с ней. Мардж представила свою "подлинную историю болезни" так четко и последовательно, что полностью убедила меня. Она действительно крайне беспомощна. Она, вероятно, никогда не выйдет замуж. Она действительно неудачница. У нее и правда отсутствует способность сблизиться с людьми. Вероятно, ей в самом деле нужны еще многие и многие годы терапии, возможно, пожизненная поддержка. Я так глубоко вчувствовался в ее отчаяние и пессимизм, что легко мог понять привлекательность самоубийства. Вряд ли я мог найти слова, которые успокоили бы ее.

Мне потребовалась неделя до нашей следующей встречи, чтобы понять: эта жалоба была пропагандой, распространяемой ее депрессией. Эти слова произносились от лица ее депрессии, а я оказался достаточно глуп, чтобы позволить ей убедить себя. Посмотри на все искажения, посмотри на то, о чем она не сказала. Она исключительно умная, творческая и очень привлекательная женщина (когда не искажает свое лицо). Я с нетерпением жду возможности увидеть ее и побыть с ней: Я уважаю ее за то, что, несмотря на свои страдания, она всегда расположена к другим и сохраняет верность общественному служению.

Так что теперь, слушая вновь ее жалобу, я искал способы изменить ее душевное состояние. В похожих случаях в прошлом она погружалась в глубокую депрессию и оставалась в ней несколько недель. Я знал, что если буду действовать незамедлительно, то смогу помочь ей избежать особенно сильной боли.

- Мардж, это говорите не Вы, а Ваша депрессия. Вспомните, что всякий раз, как Вы впадали в депрессию, Вы выкарабкивались из нее снова. Одно хорошо - единственное хорошо - в депрессии: она всегда кончается.

Я подошел к своему письменному столу, открыл ее папку и прочитал вслух отрывки из письма, которое она написала всего за три недели до этого, когда чувствовала радость жизни:

"...Это был фантастический день. Мы с Джейн гуляли по Телеграф Авеню. Мы примеряли вечерние платья 40-х годов в магазинах старой одежды. Я нашла несколько старых записей Кэй Старр. Мы пробежались по Мосту Голден Гейт с заходом в ресторан Гринов. Все-таки есть жизнь и в Сан-Франциско. Я обычно только плохие новости сообщаю - думаю, неплохо и хорошими поделиться. Увидимся. Ваша..."

Но хотя через открытое окно задувал теплый весенний ветерок, в моем кабинете была зима. Лицо Мардж оставалось застывшим. Она уставилась в стену и, казалось, почти меня не слушала. Ее ответ был ледяным:

- Вы думаете, что я ничтожество. вспомните, как Вы просили меня сравнить себя с бездомными. Этого я, по-вашему, заслуживаю.

- Мардж, простите меня за это. Я не мастер оказывать помощь по телефону.

Это была неуклюжая попытка с моей стороны. Но, поверьте, я хотел помочь. Как только я это произнес, я понял свою ошибку.

Казалось, моя реплика помогла. Я услышал ее вздох. Ее напряженные плечи расслабились, лицо разгладилось и голова слегка повернулась в мою сторону.

Я придвинулся на дюйм или два поближе.

- Мардж, мы с Вами и раньше переживали кризисы. Были времена, когда Вы чувствовали себя так же ужасно, как сейчас. Что помогало раньше? Я помню, как Вы выходили из моего кабинета, чувствуя себя намного лучше, чем когда входили в него. Что вызывало изменение? Что Вы делали? Что я делал? Давайте сформулируем это вместе.

Мардж не смогла ответить на этот вопрос, но проявила интерес к нему. Она тряхнула головой и отбросила свои длинные черные волосы на одну сторону, расчесав их пальцами. Я преследовал ее этим вопросом уже несколько раз, и в конце концов мы стали исследователями, работающими над ним вместе.

Она сказала, что ей важно, когда ее слушают, что у нее нет никого, кроме меня, кому можно было бы рассказать о своей боли. Она знала также, что ей помогало тщательное изучение событий, вызвавших депрессию.

Вскоре мы уже проходили, одно за другим, все расстроившие ее события недели. Помимо стрессов, которые она описала мне по телефону, были и другие. Например, на заседании университетской лаборатории, где она работала, ее подчеркнуто игнорировали профессора и академический персонал. Я посочувствовал ей и сказал, что слышал от многих других, находившихся в ее ситуации - включая мою жену, - жалобы на подобное отношение. Я поделился с ней раздражением, которое высказывала моя жена в отношении Стэнфордской привычки недостаточно уважать сотрудников, не относящихся к преподавательскому составу.

Мардж вернулась к теме своих неудач и того, насколько большего достиг ее тридцатилетний босс.

Почему, размышлял я, нас преследуют эти проигрышные сравнения? Ведь это так жестоко по отношению к самому себе и так же противоестественно, как надавливать на больной зуб. Я сказал ей, что тоже часто проигрываю при сравнении себя с другими. (Я не описал отдельные детали. Возможно, стоило бы. Это бы нас равняло с ней.)

Я использовал метафору термостата, регулирующего самооценку. Ее "прибор" был неисправен: он располагался слишком близко к поверхности тела. Он не удерживал самооценку Мардж на одном уровне; она сильно колебалась в зависимости от внешних событий. Что-то происходило, и она вырастала; чье-нибудь маленькое критическое замечание, и она на несколько дней падала. Это как пытаться согреть свой дом печкой, расположенной слишком близко к окну.

К тому времени, как закончился сеанс, ей не нужно было говорить мне, насколько лучше она себя чувствовала; я мог видеть это по ее дыханию, походке, по улыбке, с которой она покидала мой кабинет.

Улучшение сохранилось. У Мардж была прекрасная неделя, и я не услышал ни одного полночного телефонного звонка. Когда я увидел ее неделю спустя, она казалась почти воодушевленной. Я всегда

полагал, что так же важно выяснить, что приносит улучшение, как и то, что вызывает ухудшение, поэтому я спросил ее, с чем связано изменение.

- Каким-то образом, - сказала Мардж, - наш последний сеанс расставил все по местам. Это почти чудо, как Вы за столь короткое время избавили меня от этого кошмара. Я действительно рада, что Вы мой психиатр.

Польщенный ее искренним комплиментом, я, однако, почувствовал неловкость от двух вещей: таинственного "как-то" и от представления о моей работе как о чуде. До тех пор, пока Мардж будет думать так, она не достигнет улучшения, потому что источник помощи либо вне ее, либо за пределами понимания. Моя задача как терапевта (в отличие от родительской роли) заключается в том, чтобы устраниться - помочь пациенту стать своим собственным родителем. Я не хотел делать ее лучше. Я хотел помочь ей обрести ответственность за то, чтобы стать лучше, и сделать так, чтобы процесс улучшения стал для нее как можно яснее. Поэтому я чувствовал неудобство от ее "как-то" и хотел исследовать его.

- Что конкретно, - спросил я, - было полезно в нашем последнем сеансе? В какой момент Вы начали чувствовать себя лучше? Давайте вместе расследуем это.

- Ну, первым было то, как Вы исправили свой промах с бездомными. Я могла бы использовать его, чтобы продолжать наказывать Вас, - фактически я так и делала раньше, Вы знаете. Но когда Вы заявили так просто о своих намерениях и признали себя неуклюжим, я обнаружила, что не могу кипятиться на этот счет.

- Звучит так, как будто мое замечание позволило Вам сохранить связь со мной. Насколько я Вас знаю, те периоды, когда Вы наиболее сильно подавлены, - это периоды, когда Вы рвете связи со всеми и становитесь действительно одинокой. В этом есть важная подсказка - нужно сохранять связь с людьми.

Я спросил, что еще полезного произошло в течение сеанса.

- Главное, что перевернуло мое состояние, - и фактически настал момент, когда воцарилось спокойствие, - это когда Вы сказали, что у Вашей жены и у меня похожие проблемы на работе. Я чувствую себя такой мерзкой и ничтожной, а Ваша жена - такая знаменитая, что мы

не можем даже быть упомянуты рядом. Сказав мне, что у нее и у меня есть какие-то одинаковые проблемы, Вы доказали, что испытываете ко мне некоторое уважение.

Я было хотел протестовать, настаивать на том, что всегда уважал ее, но она не дала мне сделать это.

- Я знаю, знаю - Вы часто говорили, что уважаете меня, говорили, что я Вам нравлюсь, но все это лишь слова. Я никогда по-настоящему Вам не верила. На этот раз все было по-другому, Вы пошли дальше слов.

Я был очень взволнован тем, что сказала Мардж. Она нащупала очень важные проблемы. Идти "дальше слов" - именно это работало. То, что я делал, а не что говорил. Действительно, главное было в том, чтобы делать что-то для пациента. Поделиться проблемами Моей жены означало сделать что-то для Мардж, подарить ей что-то. Терапевтическое действие, а не терапевтическое слово!

Эта идея так воодушевила меня, что я с трудом мог дождаться окончания сеанса, чтобы обдумать ее. Но сейчас мое внимание снова было поглощено Мардж. Ей еще было что мне сказать.

- Еще помогает, когда Вы спрашиваете, что помогало мне в прошлом. Вы передаете мне ответственность, позволяете мне самой вести сеанс. Это хорошо. Обычно я впадаю в депрессию на несколько недель, а Вы извлекаете меня оттуда за несколько минут, заставляя формулировать, что произошло. Фактически сам вопрос. "Что помогало раньше?" - полезен, потому что убеждает меня, что есть способ почувствовать себя лучше. Еще помогает то, что Вы не строите из себя волшебника, который позволяет мне догадаться о том, что знает сам. Мне нравится, что Вы признаетесь в том, что не знаете, и затем предлагаете мне найти ответ вместе с Вами.

Это было музыкой для моих ушей! В течение года работы с Мардж я старался придерживаться только одного твердого правила - относиться к ней как к равной. Я пытался не объективировать ее, не жалеть ее и не делать ничего, что создает между нами пропасть неравенства. Я следовал этому правилу по мере возможности, и сейчас было приятно слышать, что это помогло.

Весь замысел психиатрического "лечения" насквозь проникнут противоречиями. Когда один человек, терапевт, "лечит" другого,

пациента, с самого начала понятно, что эта терапевтическая пара, те двое, которые должны сформировать терапевтический союз, не равны и не могут быть полными союзниками; один расстроен и запутался, а от другого ожидается, что он будет использовать свои профессиональные навыки, чтобы распутать и исследовать объективно проблемы, лежащие в основе расстройства и замешательства. Кроме того, пациент платит тому, кто его лечит. Само слово "лечение" подразумевает неравенство. Относиться к кому-то как к равному означает, что терапевт должен преодолеть или скрыть неравенство, ведя себя так, как будто он и пациент равны.

Так что же, относясь к Мардж как к равной, я просто притворялся перед ней (и перед собой), что мы равны? Возможно, более правильно описывать терапию как отношение к пациенту как ко взрослому. Это может показаться схоластической путаницей, однако что-то должно было произойти в терапии Мардж, что заставило меня очень ясно понять, как я хочу относиться к ней или к любому другому пациенту.

Примерно через три недели после моего открытия важности терапевтического действия произошло необыкновенное событие. Наш обычный сеанс с Мардж приближался к середине. Накануне у нее была поганая неделя, и она посвящала меня в некоторые детали. Она казалась флегматичной, лицо выражало усталость и разочарование, волосы были растрепаны, а юбка помялась и съехала набок.

В разгар своего плача она внезапно закрыла глаза - что само по себе не было необычным, поскольку она часто впадала в состояние аутогипноза в процессе сеанса. Я давно решил, что не буду попадаться на эту удочку - не стану сопровождать ее в этом гипноидном состоянии, а наоборот, буду пробуждать ее. Я сказал: "Мардж", - и собирался произнести оставшуюся часть предложения: "Не будете ли Вы любезны вернуться?" - когда услышал незнакомый мощный голос, доносившийся из ее рта: "Вы не знаете меня".

Она была права. Я не знал человека, который это говорил. Голос был настолько непохожим, настолько сильным, настолько властным, что я невольно оглянулся, желая убедиться, что больше никто не вошел в кабинет.

- Кто Вы? - спросил я.

- Я! Я! - И затем преобразившаяся Мардж вскочила и загалопировала по кабинету, разглядывая мои книжные полки, поправляя картины и обыскивая мою мебель. Это была Мардж и одновременно не Мардж. Все, кроме одежды, изменилось - лицо, походка, манера держаться и двигаться.

Эта новая Мардж была самоуверенной, оживленной и экстравагантной, привлекательной и кокетливой. Станным густым контральто она произнесла:

- До тех пор, пока Вы собираетесь притворяться еврейским интеллектуалом, Вы, конечно, можете обставлять свой кабинет таким образом. Этому покрывалу на диване место в благотворительном магазине - если его туда, конечно, возьмут, а то, что висит на стенах, слава Богу, можно быстренько снять! И эти снимки калифорнийского побережья! Замените их на домашние фотографии!

Она была остроумна, надменна и очень сексуальна. Каким облегчением было избавиться от скрипучего голоса Мардж и ее неустанныго нытья! Но я начинал чувствовать напряжение - мне эта леди слишком нравилась. Я вспомнил легенду о Лорелее, и хотя знал, что задерживаться опасно, решил немного побыть с ней.

- Почему Вы пришли? - спросил я. - Почему именно сегодня?

- Чтобы отпраздновать свою победу. Я выиграла, Вы знаете.

- Выиграли что?

- Не стройте из себя идиота передо мной! Я - это не она, Вы знаете! Не все, что Вы говорите, так уж чудесно. Думаете, Вы собираетесь помочь Мардж? - Ее лицо было удивительно подвижным, а слова она произносила с широкой ухмылкой злодейки из викторианской мелодрамы.

Она продолжала в насмешливой, злорадной манере:

- Вы можете лечить ее тридцать лет, а я все равно выиграю. За один день я могу уничтожить год Вашей работы. Если нужно, я могу заставить ее шагнуть с тротуара прямо под колеса машин.

- Но зачем? Что Вам это даст? Если она проиграет, проиграете и Вы.

Возможно, я говорил с ней дольше, чем следовало. Было ошибкой говорить с ней о Мардж. Нечестно по отношению к Мардж. Но

призыв этой женщины был сильным, почти непреодолимым. На короткое время я почувствовал приступ жуткой тошноты, как будто сквозь дыру в ткани реальности я взглянул на нечто запретное, на составные части, трещины и швы, на эмбриональные клетки и зародыши, которые при обычном порядке вещей невозможно разглядеть в человеческом существе. Мое внимание было приковано к ней.

- Мардж - дрянь. Вы знаете, что она дрянь. Как Вы выносите ее? Дрянь! Дрянь! - и затем началось самое изумительное театральное представление, какое я когда-либо видел: она начала передразнивать Мардж. Каждый жест, который я наблюдал месяцами, каждую гримасу Мардж, каждое действие, проходившее передо мной в хронологическом порядке. Вот Мардж, робко пришедшая ко мне в первый раз. Вот она свернулась клубком в углу моего кабинета. А вот она с огромными, полными отчаянья глазами, умоляет меня не оставлять ее. Вот она в состоянии аутогипноза, с закрытыми глазами подергивает веками с такт своей речи. А вот она со своим лицевым спазмом, с искаженным, как у Квазимодо, лицом, с трудом способная говорить. Вот она съежилась за своим креслом, как Мардж, которая боится. Вот она жалуется мелодраматично и иронично на ужасные приступы боли в животе и груди. Вот она высмеивает заикание Мардж и некоторые ее знакомые фразы:

"Я та-а-ак рад-д-да, что Вы мой психиатр!" Опустившись на колени: "Я н-н-нра-а-авлюсь Вам, д-д-доктор Ялом? Н-н-не б-б-бросайте меня, я исчез-з-зну, если Вы покинете меня".

Представление было необыкновенным, напоминающим выход "на бис" актрисы, исполнявшей в пьесе несколько ролей и развлекающей публику мгновенным преображением в каждого из персонажей. (На минуту я забыл, что в этом театре актриса не была на самом деле актрисой, а всего лишь одной из ролей. Настоящая актриса, то есть отвечающее за все сознание, оставалось скрытым за сценой.)

Это было виртуозное, но, безусловно, жестокое представление, разыгранное "Я" (я не знал, как еще ее назвать). Ее глаза горели, пока она продолжала обличать Мардж, которая, как она сказала, была неизлечимой, безнадежной и жалкой. Мардж, сказала "Я", должна



написать автобиографию и назвать ее (тут она начала хихикать) "Рожденная быть жалкой".

"Рожденная быть жалкой". Я улыбнулся против своей воли. Эта Прекрасная Дама была грозной женщиной. Я чувствовал, что нечестно по отношению к Мардж, что я нахожу ее соперницу столь привлекательной и так ошеломлен ее передразниванием самой Мардж.

Внезапно - мгновенно! - все кончилось: "Я" закрыла глаза на одну или две минуты, а когда они открылись, она исчезла и вернулась Мардж, плачущая и испуганная. Она уронила голову на колени, тяжело дышала и медленно приходила в себя. Несколько минут она всхлипывала, а потом, наконец, заговорила о том, что случилось. (Она хорошо помнила все происшедшее.) Раньше у нее никогда не было расщепления - или нет, один раз, третью личность звали Рут Энн, - но женщина, которая появилась сегодня, никогда прежде не возникала.

Я был сбит с толку тем, что случилось. Мое основное правило "относиться к Мардж как к равной" больше не работало. К какой Мардж? Вспливающей Мардж, сидевшей напротив меня, или сексуальной и высокомерной Мардж? Мне казалось, что главным соображением должны стать мои отношения с пациентом, то есть моя связь с Мардж. Пока я не смогу сохранить искренность в этих отношениях, теряется всякая надежда на успех терапии. Необходимо было изменить мое основное правило "относиться к пациенту как к равному" - на "быть верным пациенту". В конце концов, я не должен позволить той, другой Мардж соблазнить себя.

Пациент может стерпеть неверность терапевта за рамками своего сеанса. Хотя понятно, что терапевты вовлечены в другие отношения, а в приемной ждет другой пациент, существует негласное соглашение не замечать этого в терапии. Терапевт и пациент притворяются, будто их отношения моногамны. И терапевт, и пациент втайне надеются, что выходящий и входящий пациенты не встретятся между собой. В самом деле, чтобы предотвратить это, некоторые терапевты оборудуют в своем кабинете две двери - одну для входящих, другую - для выходящих.

Но пациент имеет право ожидать верности в течение сеанса. Мой негласный контракт с Мардж (как и со всеми моими пациентами)

заключался в том, что пока я провожу сеанс, я целиком, всем сердцем и исключительно с ней. Мардж открыла передо мной иное измерение этого контракта: я должен быть с ее наиболее подлинной личностью. Отец Мардж, изнасиловавший ее в детстве, участвовал в развитии ее ложного сексуального "Я" - вместо того, чтобы поддерживать эту целостную личность. Я не должен повторить эту ошибку.

Это было нелегко. Честно говоря, я хотел снова увидеть "Я". Хотя я знал ее меньше часа, я был ею очарован. На сером фоне многих часов, проведенных с Мардж, этот соблазнительный фантом выделялся с ослепительной яркостью. Такие характеры не часто попадают в жизни.

Я не знал ее имени, и она не обладала большой свободой, но мы оба знали, как найти друг друга. На следующем сеансе она попыталась снова прийти ко мне. Я мог видеть, как веки Мардж подергивались и глаза закрывались. Всего через одну-две минуты мы снова были вместе. Я чувствовал себя страстным идиотом. Мое сознание заполняли сладкие картины давно минувшего. Я вспоминал, как ждал в окруженном пальмами Карибском аэропорту, когда приземлится самолет и я увижу свою возлюбленную.

Эта женщина, "Я", она понимала меня. Она знала, что я устал - от всхлипывания и заикания Мардж, от ее страхов, от того, как она забивается в угол или прячется под стол, от ее тонкого детского голоска. Она знала, что мне нужна настоящая женщина. Она знала, что я только притворяюсь, будто отношусь к Мардж как к равной. Она знала, что мы не равны. Как мы могли быть равны, если Мардж вела себя как ненормальная, а я опекал ее, снисходительно относясь к ее безумию?

Театральное представление, устроенное "Я", на котором она разыгрывала отрывки из поведения Мардж, убедило меня, что мы оба (и только мы оба) понимаем, через что мне пришлось пройти с Мардж. Она была блестящим, прекрасным режиссером, который создал этот фильм. Я мог бы написать клиническую статью о Мардж или рассказать коллегам о ходе терапии, но никогда не сумел бы передать суть моего опыта с ней. Он был невыразим. Но "Я" знала. Если она смогла сыграть все эти роли, она должна была быть

скрытым разумом, управляющим всеми ими. У нас было нечто общее, недоступное выражению на человеческом языке.

Но верность! Верность! Я обещал себя Мардж. Если я объединюсь с "Я", это будет катастрофой для Мардж: ей останется роль простой марионетки, бессловесного персонажа. Именно этого, безусловно, и хотела "Я". "Я" была Лорелеей, красивой и манящей, но и смертельно опасной - воплощением всей ярости и ненависти Мардж к самой себе.

Поэтому я остался верен, и когда начинал чувствовать, что "Я" приближается, - например, когда Мардж закрывала глаза и начинала впадать в транс, - то быстро будил ее, крича: "Мардж, вернитесь!"

После того как это произошло несколько раз, я понял, что главное испытание еще впереди: "Я", безусловно, собирается с силами и отчаянно пытается вернуться ко мне. Момент требовал принять решение, и я решил принять сторону Мардж. Я пожертвую ради Мардж ее соперницей, ощиплю ее, разрежу на кусочки и понемногу скормлю Мардж. Техника скармливания заключалась в том, чтобы повторять один стандартный вопрос: "Мардж, что бы сказала "она", если бы была сейчас здесь?"

Некоторые из ответов Мардж были знакомыми, некоторые необычными. Однажды, когда я увидел, что она робко осматривает предметы в моем кабинете, я сказал:

- Продолжайте, говорите, Мардж. Говорите за "нее". Мардж сделала глубокий вдох и повысила голос:

- Если Вы собираетесь притворяться еврейским интеллектуалом, почему бы и не обставить кабинет таким образом?

Мардж произнесла это как совершенно оригинальную мысль, и стало ясно, что она помнит не все, что говорила "Я". Я не мог сдержать улыбку: мне было приятно, что у нас с "Я" есть секреты.

- Любые предложения приветствуются, Мардж. И, к моему удивлению, она внесла несколько толковых предложений.

- Используйте перегородку, возможно, висячую фуксию, возможно, стоячую ширму, чтобы отделить свой загроможденный письменный стол от остальной части кабинета. Сделайте спокойную темно-коричневую раму для этого пейзажа - если уж он Вам необходим - и, прежде всего, избавьтесь от этого ужасного

тряпичного настенного украшения. Оно такое надоедливое, что вызывает у меня головную боль. Я использовала его для погружения в транс.

- Мне нравятся Ваши предложения, Мардж, за исключением того, что Вы жестоки к моему настенному украшению. Это старый друг. Я привез его тридцать лет назад с Самоа.

- Старые друзья чувствуют себя комфортнее дома, а не в офисе.

Я с удивлением посмотрел на нее. Она соображала так быстро! Действительно ли я разговаривал с Мардж?

Поскольку я надеялся установить союз или слияние между двумя Мардж, я был осторожен, подчеркивая положительные стороны обеих. Если я каким-либо образом обижу "Я", она просто отыграется на Мардж. Поэтому я взял на себя труд, например, сказать Мардж (я предполагал, что "Я" все слышит), как мне нравятся жизнерадостность, дерзость и самоуверенность "Я".

Но я должен был балансировать на лезвии бритвы: если бы я оказался слишком откровенным, Мардж догадалась бы, что я предпочитаю другую Мардж. Возможно, "Я" уже дразнила этим Мардж, но я не видел доказательств. Я был уверен, что "Я" - другая Мардж - влюблена в меня. Возможно, она любит меня достаточно сильно, чтобы изменить свое поведение! Безусловно, она должна знать, что необузданная деструктивность оттолкнет меня.

Да, этому аспекту терапии нигде нельзя научиться: завести роман с худшим врагом своей пациентки, а затем, убедившись, что враг любит вас, использовать эту любовь, чтобы нейтрализовать ее атаки на пациентку.

В течение нескольких следующих месяцев терапии я оставался верен Мардж. Иногда она пыталась рассказать мне о Рут Энн, третьей личности, или впасть в транс и регрессировать к более раннему возрасту, но я не позволял себе попадаться на эти приманки. Прежде всего я решил "присутствовать" рядом с ней и сразу же звал ее обратно, как только она начинала покидать меня, соскальзывая в другой возраст или в другую роль.

Когда я впервые начал работать терапевтом, то наивно верил, что прошлое фиксировано и познаваемо, что если я буду достаточно проницателен, то смогу обнаружить, каков был первый неверный

поворот, тот фатальный след, который завел жизнь куда-то не туда, и что я мог бы действовать в соответствии с этим открытием, чтобы привести все в порядок. В те времена я бы углублял гипнотическое состояние Мардж, вызывая ее возрастную регрессию, прося ее исследовать детские травмы, - например, сексуальное насилие со стороны отца - и призывал бы ее пережить и обезвредить все сопровождающие чувства: страх, возбуждение, ярость, предательство.

Но за многие годы я понял, что задача терапевта - не втягивать пациента в совместные археологические раскопки. Если кому-то из пациентов это и помогает, то не из-за поиска пресловутого ложного шага (жизнь идет насмарку не из-за ложного шага - она идет вкривь и вкось из-за того, что главный шаг был неверным). Нет, терапевт помогает пациенту не тем, что проникает в прошлое, а своим любящим присутствием рядом с пациентом, своей заинтересованностью, доверием и верой в то, что их совместная деятельность в конце концов принесет облегчение и исцеление. Драма возрастной регрессии и проигрывание сцены инцеста (или, в другом случае, любое катартическое или интеллектуальное предприятие) может быть целительным лишь потому, что позволяет терапевту и пациенту вместе заниматься каким-то интересным делом, в то время как реальная терапевтическая сила - их отношения - укрепляется и созревает.

Поэтому я посвятил себя тому, чтобы присутствовать и быть верным. Мы продолжали "проглатывать" другую Мардж. Я размышлял вслух:

- Что бы она сказала в этой ситуации? Как бы она оделась, как двигалась? Попробуйте. Представьте, что Вы - это она, на одну или две минуты, Мардж.

За прошедшие месяцы Мардж похорошела за счет другой Мардж. Ее лицо округлилось, грудь налилась. Она лучше выглядела, лучше одевалась; она носила кружевные чулки и делала мне замечания по поводу грязных ботинок.

Временами мне казалось, что наша работа напоминает каннибализм. Как будто мы поместили другую Мардж в банк психологических органов. Время от времени, когда было готово

подходящее место, мы вынимали какую-то часть "Я" для пересадки. Мардж начала относиться ко мне как к равному, она задавала мне вопросы, флиртовала немного:

- Когда мы закончим, как Вы будете без меня обходиться? Я уверена, Вы будете скучать по моим маленьким ночным звонкам. Впервые она начала задавать мне личные вопросы:

- Как Вы решили посвятить себя этому делу? Вы когда-нибудь жалели об этом? Вам когда-нибудь надоедает? А я Вам надоела? Что Вы делаете со своими проблемами?

Мардж усвоила смелость другой Мардж, чего я и добивался, и было важно, чтобы я с готовностью и уважением отвечал на все ее вопросы. Я отвечал на каждый как можно более полно и искренне. Тронутая моими ответами, Мардж стала еще смелее, но мягче в своих разговорах со мной.

А как же другая Мардж? Интересно, что от нее теперь осталось? Пара шпилек? Манящий смелый взгляд, на который Мардж еще не решалась? Призрачная улыбка Чеширского кота? Где та актриса, которая с таким блеском играла Мардж? Я был уверен, что она ушла: то представление требовало огромной жизненной силы, а теперь мы с Мардж выпили из нее все соки. Хотя мы с Мардж продолжали работать многие месяцы спустя после появления "Я" и в конце концов перестали говорить о ней, я ее не забыл: она приходила мне на ум в самые неподходящие моменты.

Прежде чем мы начали терапию, я информировал Мардж, что смогу встречаться с ней не больше восемнадцать месяцев из-за предстоящего годичного отпуска. Теперь это время истекло, и работа заканчивалась. Мардж изменилась: страхи появлялись только изредка. Полночные звонки стали делом далекого прошлого; она начала строить социальную жизнь, завела двух близких друзей. Она всегда была талантливым фотографом и теперь впервые за многие годы вновь взяла в руки фотоаппарат и снова наслаждалась этой формой творческого самовыражения.

Я был доволен нашей работой, но не обманывал себя мыслями о том, что ее терапия завершена, и не был особенно удивлен, когда при приближении нашего последнего сеанса появились старые симптомы. Она слегла в постель на все выходные, много плакала,

снова подумывала о самоубийстве. Сразу же после нашей последней встречи я получил от нее печальное письмо, в котором были такие строки:

*"Я всегда воображала, что Вы могли бы написать что-нибудь обо мне. Я хотела оставить отпечаток в Вашей жизни. Я не хочу быть просто "еще одной пациенткой". Я хотела быть "особенной". Хотела быть чем-то, чем-нибудь. Я чувствую себя ничем, никем. Если бы я оставила в Вашей жизни отпечаток, то, может быть, я была бы кем-то, кого Вы не забудете. Тогда я могла бы существовать".*

Мардж, поймите, пожалуйста, что хотя я написал о Вас рассказ, я сделал это не для того, чтобы дать Вам возможность существовать. Вы существуете независимо от того, думаю и пишу ли я о Вас - точно так же, как я продолжаю существовать, когда Вы обо мне не думаете.

И все-таки это рассказ, дающий возможность существования. Но написан он для другой Мардж - той, которая больше не существует. Я готов был стать ее палачом, пожертвовать ею ради Вас. Но я не забыл ее: она отомстила за себя, похоронив свой образ в моей памяти.

## 1

### **0. В поисках сновидца.**

- Секс - корень всего. Разве это не то, что вы, ребята, все время говорите? Ну, в моем-то случае вы правы. Взгляните на эту схему. Она демонстрирует некоторые интересные связи между мигренями и моей сексуальной жизнью.

Достав из портфеля толстый рулон, Марвин попросил меня поддержать один край и старательно развернул трехфутовый график, на котором он педантично отмечал все приступы мигрени и все сексуальные опыты за последние несколько месяцев. Одного взгляда было достаточно, чтобы оценить сложность диаграммы. Каждая мигрень, ее интенсивность, продолжительность и лечение были обозначены синим. Каждое сексуальное возбуждение, отмеченное красным, оценивалось по пятибалльной шкале согласно успехам Марвина: отдельно отмечались преждевременная эякуляция и

импотенция - с различием между невозможностью сохранить эрекцию и невозможностью ее иметь.

Все это было трудно уяснить с одного взгляда.

- Тщательно проделанная работа, - сказал я. - Она должна была занять у Вас несколько дней.

- Мне нравилось этим заниматься. У меня это получается. Люди забывают, что у нас, бухгалтеров, есть графические способности, которые никогда не используются в работе со счетами. Вот, посмотрите на июль: четыре приступа мигрени и каждый сопровождался либо импотенцией, либо сексуальным актом, оцениваемым в один-два балла.

Я наблюдал за пальцем Марвина, указывающим на графики мигрени и импотенции. Он был прав: совпадение было впечатляющим, но меня все это начинало раздражать. Мой распорядок был нарушен. Мы только что начали наш первый сеанс, и я многое хотел бы узнать, прежде чем почувствую себя готовым исследовать схему Марвина. Но он так настойчиво развернул ее передо мной, что мне ничего не оставалось, кроме как наблюдать за его шершавым пальцем, прослеживающим любовные поражения прошлого июля.

Шесть месяцев назад у Марвина в возрасте 64 лет внезапно впервые в жизни начались ужасные мигрени. Он проконсультировался с невропатологом, который безуспешно пытался вылечить головные боли Марвина, а затем направил его ко мне.

Я увидел Марвина впервые всего несколько минут назад, когда вышел в приемную, чтобы встретить его. Он сидел там терпеливо - маленький, круглолицый мужчина с блестящей лысиной и совиными глазами, которые никогда не мигали, когда он глядел через огромные отсвечивающие хромированные очки.

Вскоре я узнал, что Марвин особенно интересуется очками. После рукопожатия его первыми словами по дороге в мой кабинет был комплимент моей оправе и вопрос, кто ее делал. Я полагаю, что упал в его мнения, когда признал свое невежество в отношении имени производителя. Моя репутация упала еще ниже, когда я перевернул очки, чтобы прочесть клеймо на дужке, и обнаружил, что без очков



не могу этого сделать. Я сразу понял, что, поскольку другие мои очки остались дома, нет иного способа сообщить Марвину обыкновенную информацию, которая его интересовала, поэтому я передал ему очки, чтобы он сам прочел этикетку. Увы, у него тоже было слабое зрение, и несколько первых минут сеанса ушли на поиски очков для чтения.

Прежде чем расспросить его в своей привычной манере, я обнаружил себя со всех сторон окруженным красно-синими схемами Марвина. Нет, в таком начале не было ничего хорошего. К тому же я только что закончил тяжелый, изнурительный сеанс с пожилой, немного чокнутой вдовой, у которой недавно украли сумочку. Часть моих мыслей еще оставалась с нею, и я вынужден был подстегнуть себя, чтобы перевести все внимание на Марвина.

Получив только короткую записку от невропатолога, я практически ничего не знал о Марвине, и после того как закончился ритуал обмена очками, начал с вопроса: "Какие жалобы?" Именно тут он и высказался в том духе, что "Вы, ребята, думаете, что секс - это корень всех проблем".

Я свернул рулон, сказал Марвину, что хотел бы подробно изучить его позже, и попытался восстановить ритм сеанса, попросив рассказать мне всю историю своего заболевания с самого начала.

Он сказал, что примерно шесть месяцев назад впервые в жизни начал страдать от головных болей. Симптомы были такие же, как при классической мигрени: предваряющая зрительная аура (вспыхивающие огни) и жесточайшие боли односторонней локализации, которые на несколько часов делали его ни на что не способным и часто требовали отдыха в постели в затемненной комнате.

- И Вы говорите, у Вас есть веские причины полагать, что Ваша сексуальная активность связана с мигренями?

- Вам это может показаться странным - для мужчины моего возраста и положения, - но Вы не можете отрицать факты. Вот доказательство! - он указал на рулон, теперь спокойно свернувшийся на моем столе. - Каждому приступу мигрени за последние четыре месяца на двадцать четыре часа предшествовала сексуальная неудача.

Марвин говорил четко и педантично. Очевидно, он подготовил эту речь заранее.

- В последний год я переживаю произвольные смены настроения. Я быстро перехожу от хорошего самочувствия к ощущению конца света. Но не делайте поспешных выводов, - для большей убедительности он потряс пальцем. - Когда я говорю, что чувствую себя хорошо, это не значит, что я маниакален - я уже прошел этот путь с невропатологом, который пытался лечить меня от маниакально-депрессивного расстройства литием - не добившись этим ничего, кроме осложнения на почки. Я могу понять, почему с докторами судятся. Вы когда-нибудь встречали случай маниакально-депрессивного психоза, начавшегося в 64 года? Вы верите, что мне нужно принимать литий?

Его вопросы раздражали меня. Они меня отвлекали, и я не знал, как на них ответить. Он что, подал в суд на своего невропатолога? Я не хотел быть втянутым в это. Слишком много вещей, с которыми надо разбираться. Я апеллировал к эффективности.

- Я буду рад вернуться к этим вопросам позже, но мы сможем лучше всего использовать наше время сегодня, если услышим всю Вашу историю болезни от начала до конца.

- Вы правы! Не нужно сбиваться с курса. Таким образом, как я говорил, я мечусь туда-сюда между хорошим самочувствием и чувством тревоги и депрессии - того и другого сразу - и всегда именно в депрессивном состоянии случаются приступы головной боли. У меня не было ни одной, пока это не началось полгода назад.

- А связь между сексом и депрессией?

- Я шел к этому...

Осторожнее, подумал я. Мое нетерпение показательно. Ясно, что он, а не я, собирается излагать все именно так. Ради Христа, прекрати подталкивать его!

- Ну, в это трудно поверить, но за последние двенадцать месяцев мое настроение полностью зависит от секса. Если у меня хороший сексуальный контакт с женой, мир кажется светлым. Если нет - депрессия и головные боли!

- Расскажите мне о своих депрессиях. На что они похожи?

- Как обычная депрессия. Я подавлен.

- Расскажите об этом побольше.  
- Что сказать? Все выглядит черным.  
- О чем Вы думаете во время депрессий?  
- Ни о чем. В этом-то и проблема. Разве это не признак депрессии?  
- Иногда, когда люди подавлены, у них в голове крутятся определенные мысли.

- Я занимаюсь самобичеванием.

- Как?

- Я начинаю чувствовать, что всегда буду терпеть неудачи в сексе, что моя жизнь как мужчины закончилась. Когда начинается депрессия, я жду мигрени через двадцать четыре часа. Другие доктора говорили мне, что я попал в заколдованный круг. Давайте посмотрим, как он работает: когда я подавлен, я становлюсь импотентом, а потом из-за своей импотенции становлюсь еще более подавленным. Вот так. Но понимание не может разорвать заколдованный круг.

- Что может разбить его?

- Вы можете подумать, что спустя шесть месяцев я должен знать ответ. Я неплохой наблюдатель, всегда был таким. За это хорошему бухгалтеру и платят. Но я не уверен. Иногда у меня удачный секс, и все снова хорошо. Почему в этот день, а не в другой? Я не имею понятия.

Так продолжался наш сеанс. Объяснения Марвина были несколько резкими, точными, но скудными и наполненными клише, вопросами и комментариями других врачей. Он оставался в рамках клинического описания. Говорил о подробностях своей сексуальной жизни и не выказывал при этом ни смущения, ни стыда, ни каких-либо более глубоких чувств.

Один раз я попытался прорваться через наигранное добродушие "крепкого парня":

- Марвин, Вам, должно быть, нелегко говорить с незнакомым человеком об интимных аспектах своей жизни. Вы упомянули, что раньше никогда не беседовали с психиатрами.

- Дело не в интимности, а в психиатрии - я не верю психиатрам.

- Вы не верите в наше существование? - неуклюжая попытка пошутить, но Марвин не заметил ее.

- Нет-нет, не в этом дело. Просто я им не доверяю. И моя жена Филис тоже. Мы знакомы с двумя супружескими парами, которые консультировались у психиатров по поводу своих семейных проблем. Обе закончили в суде делом о разводе. Вы не можете обвинить меня в том, что я насторожен, не так ли?

К концу сеанса я был пока не способен дать рекомендацию и предложил еще один консультационный сеанс. Мы пожали друг другу руки, и, когда он покидал мой кабинет, я осознал, что рад его уходу. И сожалею, что придется еще раз с ним увидеться.

Марвин меня раздражал. Но почему? Из-за его поверхностности, поддразнивания, указывания пальцем и панибратского тона? Или из-за его намек на судебное разбирательство со своим невропатологом - и попытки втянуть меня в это? Или потому, что он управлял сеансом? Он навязал мне весь ход сеанса: сначала этим идиотским вопросом об очках, а затем своим распоряжением развернуть его схему, хотел я этого или нет. Я бы с удовольствием разорвал ее в клочья и наслаждался каждой минутой этого действия.

Но почему столь сильное раздражение? Ну, сорвал Марвин обычный ход сеанса. Ну и что? Он напрямик и весьма точно сказал мне, что его беспокоит. Он работал очень хорошо, если учитывать его отношение к психиатрии. В конце концов, его схема была полезна. Если бы это была моя идея, я был бы ею доволен. Может быть, проблема была не в нем, а во мне? Неужели я стал таким нудным и старым? Так погряз в рутине, что при первом же сеансе, который идет не совсем так, как мне хотелось бы, я становлюсь раздражительным и топаю ногами?

По дороге домой в тот вечер я продолжал думать о двух Марвинах - Марвине-человеке и Марвине-идее. Марвин из плоти и крови был неинтересен и раздражал меня. Но Марвин как проект был интригующим. Подумайте об этой необычной истории: первый раз в жизни устойчивый, прозаичный, совершенно здоровый до этого 64-летний мужчина, который занимается сексом с одной и той же женщиной 41 год, внезапно становится обостренно чувствителен к своим сексуальным успехам. Его самочувствие превращается в заложника его же сексуальной деятельности. Это событие жестоко (его мигрени исключительно сильные), неожиданно (до этого секс не

создавал никаких необычных проблем) и внезапно (проявилось в полную силу ровно шесть месяцев назад). Шесть месяцев назад! Очевидно, ключ лежал здесь, и я начал второй сеанс с изучения событий, случившихся полгода назад. Какие изменения в жизни произошли тогда?

- Ничего существенного, - сказал Марвин.

- Невозможно, - настаивал я и задавал тот же самый вопрос по-другому. Наконец, я узнал, что шесть месяцев назад Марвин принял решение уйти на пенсию и продать свою бухгалтерскую фирму. Информация добывалась медленно, не потому, что он не хотел рассказывать мне об отставке, а потому что он не придавал этому событию большого значения.

Я думал по-другому. Вехи человеческой жизни всегда значительны, и немногие могут сравниться по важности с отставкой. Как может быть, чтобы отставка не вызывала глубоких чувств по поводу жизненного пути, его прохождения, всего жизненного замысла и его значения? Для тех, кто заглядывает в себя, уход на пенсию - это время подведения жизненных итогов, время осознания своей конечности и приближения смерти.

Но не для Марвина.

- Проблемы с отставкой? Вы, должно быть, смеетесь. Я для этого и работал - так что теперь могу уволиться.

- Не обнаружили ли Вы, что скучаете по чему-нибудь, связанному с работой?

- Только по головной боли. И я догадываюсь, что Вы можете об этом сказать - что я нашел способ взять ее с собой! Я имею в виду мигрень. - Марвин ухмыльнулся, довольный удачной шуткой. - Серьезно, за эти годы работа мне наскучила и опостылела. По чему, как Вы думаете, мне скучать - по новым бланкам счетов?

- Иногда отставка пробуждает важные чувства, поскольку это серьезная жизненная веха. Она напоминает нам, что жизнь проходит. Как долго Вы работали? 45 лет? А теперь Вы внезапно прекратили и перешли на новую стадию. Когда я уйду на пенсию, думаю, что яснее, чем когда-либо, осознаю, что жизнь имеет начало и конец, что я медленно двигаюсь от одной точки к другой и теперь приближаюсь к концу.

- Моя работа связана с деньгами. Таковы правила игры. В действительности отставка означает только одно: что я заработал достаточно денег и мне не нужно зарабатывать больше. В чем проблема? Я могу жить на проценты и ни в чем не нуждаться.

- Но, Марвин, что это значит - не работать больше? Всю свою жизнь Вы работали. Весь смысл Вашей жизни Вы черпали в работе. Мне кажется, есть нечто пугающее в том, чтобы бросить это.

- Кому это надо? Вот некоторые из моих компаньонов гробят себя, накапливая достаточно денег, чтобы можно было жить на проценты от процентов. Вот что я называю безумием - это им нужен психиатр.

Vorbeireden, vorbeireden [Город Творцов](#): мы говорили невпопад, не понимая друг друга. Вновь и вновь я предлагал Марвину заглянуть внутрь, принять, хотя бы на минуту, абсолютную точку зрения, определить глубинные проблемы своего существования - чувство своей конечности, старения и угасания, страх смерти, источник жизненных целей. Но мы говорили вразнобой. Он не понимал, игнорировал меня. Казалось, он скользит по поверхности вещей.

Устав путешествовать в одиночку по этим маленьким подземным шахтам, я решил держаться поближе к заботам Марвина. Мы поговорили о работе. Я узнал, что когда он был маленьким, родители и учителя считали его математическим вундеркиндом. В восемь лет он неудачно прослушивался для радиопередачи "Детская викторина". Но он никогда не обращал внимания на эти старые оценки.

Я заметил, что он вздохнул, говоря об этом, и спросил:

- Это должно было быть большой раной для Вас. Насколько она исцелилась?

Он предположил, что я, наверное, слишком молод, чтобы помнить, как много восьмилетних мальчиков безуспешно прослушивались для "Детской викторины".

- Чувства не всегда следуют рациональным правилам. Обычно нет.

- Если бы я предавался чувствам всякий раз, когда мне причиняли боль, я бы ничего не добился.

- Я заметил, что Вам очень трудно говорить о своих ранах.

- Я был один из сотен. Это не было большим горем.

- Я заметил также, что всякий раз, когда я пытаюсь приблизиться к Вам, Вы даете мне понять, что ни в чем не нуждаетесь.

- Я здесь, чтобы получить помощь. Я отвечу на все Ваши вопросы.

Было ясно, что прямым обращением ничего не добиться. Пройдет много времени, прежде чем Марвин сможет признаться в своей уязвимости. Я ограничился собиранием фактов. Марвин вырос в Нью-Йорке, единственный ребенок в бедной семье еврейских эмигрантов первого поколения. Он был первым по математике в маленьком городском колледже и экстерном окончил школу. Но он поторопился жениться - они с Филлис встречались с 15 лет - и, поскольку не мог рассчитывать на чью-то материальную поддержку, решил стать школьным учителем.

После шести лет преподавания тригонометрии Марвин понял, что с него хватит. Он пришел к выводу, что главное в жизни - это быть богатым. Мысль о том, чтобы получать скудную учительскую зарплату еще 35 лет, была невыносима. Он был уверен, что решение преподавать в школе - серьезная ошибка, и в 30 лет занялся ее исправлением. После ускоренных бухгалтерских курсов он сказал "Прощайте!" своим ученикам и коллегам и открыл бухгалтерскую фирму, которая в конце концов оказалась очень прибыльной. С помощью удачных вложений в калифорнийскую недвижимость он стал богатым человеком.

- Это возвращает нас в сегодняшний день, Марвин. Куда лежит Ваш жизненный путь теперь?

- Ну, как я уже сказал, нет смысла больше накапливать деньги. У меня нет детей, - его голос стал мрачным, - нет бедных родственников, нет желаний, чтобы потратить их на что-то.

- Мне показалось, что в Вашем голосе была печаль, когда Вы говорили, что не имеете детей.

- Это старая история. Тогда я был разочарован, но это было очень давно, 35 лет назад. У меня много планов. Я хочу путешествовать. Я хочу пополнять мои коллекции - возможно, они заменяют мне детей - марки, плакаты к политическим компаниям, старая бейсбольная форма и "Ридерс Дайджест".

Затем я изучил отношения Марвина с женой, которые, как он настаивал, были абсолютно гармоничными.

- Спустя сорок один год я все еще чувствую, что моя жена - великолепная женщина. Я не люблю расставаться с ней, даже на одну ночь. В самом деле, у меня теплеет внутри, когда я вижу ее в конце дня. Все мое напряжение проходит. Возможно, она для меня что-то вроде валиума.

По словам Марвина, их сексуальная жизнь была прекрасной до того, как начались эти неприятности полгода назад: несмотря на 41 год, казалось, сохранились и желание, и страсть. Когда начались периодические неудачи Марвина, Филлис вначале проявила большое понимание и терпение, но в последние два месяца стала раздраженной. Только две недели назад она пожаловалась на то, что устала "чувствовать себя плохо", то есть возбуждаться и затем не испытывать удовлетворения.

Марвин придавал большое значение чувствам Филлис и был очень расстроен тем, что не доставляет ей удовольствия. Он целыми днями ходил мрачный после своих неудач, и восстановление его равновесия целиком зависело от нее. Иногда она воодушевляла его одним лишь уверением, что по-прежнему считает его сильным мужчиной, но обычно ему требовалось какое-нибудь физическое утешение. Она мыла его в душе, брила, делала ему массаж, брала его мягкий пенис в рот и держала там нежно, пока он не наполнялся жизнью.

Как и в первый раз, я был поражен тем, что сам Марвин несколько не удивлен своим собственным рассказом. Где было его любопытство по поводу того, что его жизнь изменилась столь драматическим образом, что его самообладание, счастье, само желание жить теперь целиком зависели от упругости его пениса?

Теперь пришло время дать Марвину рекомендации насчет лечения. Я не думал, что он подходящий кандидат для глубинной терапии. Причин было несколько. Мне всегда было трудно лечить тех, у кого отсутствовало любопытство. Я мог бы помочь ему обнаружить любопытство, но этот тонкий и долгий процесс не подходил для Марвина, который хотел быстрого и эффективного лечения. Когда я обдумал два прошедших сеанса, то осознал также, что он сопротивлялся любым моим попыткам проникнуть в его чувства глубже. Казалось, он не понимает - мы говорили вразнобой,



он не интересовался внутренним смыслом событий. Он сопротивлялся и моим попыткам прямо вовлечь его в личный разговор: например, когда я спросил о его ранах или указал на то, что он игнорирует мои попытки приблизиться.

Я уже собирался дать ему формальную рекомендацию начать курс бихевиоральной терапии (подход, основанный на изменении конкретных аспектов поведения, в частности, супружеского общения и сексуальных установок и действий), когда, в добавление к своим мыслям, Марвин упомянул, что в течение недели у него было несколько сновидений.

Я расспрашивал о снах на первом сеансе, и, как многие другие пациенты, он ответил, что хотя видит сны каждую ночь, не может вспомнить подробности ни одного из них. Я посоветовал ему держать блокнот рядом с кроватью, чтобы записывать сны, но Марвин, казалось, так мало интересуется своим внутренним миром, что я сомневался, послушается ли он меня, и даже не спросил об этом на следующем сеансе.

Теперь он достал блокнот и прочел серию сновидений:

Филис разгневалась и поругалась со мной. Она ушла домой. Но когда я провожал ее туда, она исчезла. Я испугался, что найду ее мертвой в большом соборе на вершине горы. Затем я пытаюсь влезть через окно в комнату, где должно находиться ее тело. Я на узком выступе высоко над землей. Я не могу двигаться вперед, но он слишком узкий, чтобы развернуться и идти назад. Я боюсь, что упаду, а затем мне становится страшно, что я спрыгну вниз и покончу с собой.

Мы с Филис раздеты и собираемся заняться любовью. Вентворт, мой партнер, который весит 250 фунтов, находится в комнате. Его мать за дверью. Приходится завязать ему глаза, чтобы мы могли продолжать. Когда я выхожу, я не знаю, что сказать его матери о том, почему мы завязали ему глаза.

Прямо перед входом в мой офис стоит цыганский табор. Все цыгане ужасно грязные - руки, одежда, сумки, которые они носят с собой. Я слышу, как мужчины шепчут и договариваются о чем-то с подозрительным видом. Я удивляюсь, как власти разрешают им открыто разбивать лагерь.

Земля под моим домом размывается водой. У меня есть огромный бур, и я знаю, что должен пробурить скважину в шестьдесят пять футов, чтобы спасти дом. Я наталкиваюсь на твердую породу, и вибрация заставляет меня проснуться.

Удивительные сны! Откуда они пришли? Возможно ли, чтобы они могли присниться Марвину? Я оглянулся, как бы надеясь увидеть кого-то другого, сидящего напротив меня. Но он все еще был здесь, терпеливо ожидая моего следующего вопроса, - с пустыми глазами, прячущимися за стеклами очков.

У нас осталось всего несколько минут. Я спросил Марвина, есть ли у него какие-нибудь ассоциации в связи с элементами этих сновидений. Они были для него загадкой. Я спрашивал о снах, и он их мне дал. Вот и все.

Несмотря на сны, я все-таки порекомендовал курс супружеской "терапии, возможно, 8 или 12 сеансов. Я предложил несколько возможностей: я сам могу встретиться с ними обоими, или направить их к кому-то другому, или направить Филис к терапевту-женщине на пару сеансов и затем всем четверым - мне, Марвину, Филис и ее терапевту - встретиться для совместного обсуждения.

Марвин внимательно выслушал то, что я сказал, но его мимика была такой застывшей, что я совершенно не понял, о чем он думает. Когда я спросил, как он к этому относится, Марвин принял странно официальный тон и сказал:

- Я рассмотрю Ваши предложения и дам Вам знать о своем решении.

Был ли он разочарован? Чувствовал ли себя отвергнутым? Я ни в чем не мог быть уверен. В то время мне казалось, что я дал правильную рекомендацию.

Расстройство Марвина было острым и поддавалось, как я думал, короткой когнитивно-бихевиоральной терапии. Кроме того, я был убежден, что он не получит пользы от индивидуальной терапии. Все говорило против этого: он слишком сильно сопротивлялся; на профессиональном языке он имел слишком мало "психологических наклонностей".

Однако было жаль, что я упустил возможность глубинной работы с ним: динамика его ситуации изумляла меня. Я был уверен, что мое

первое впечатление близко к истине: отставка разожгла в нем тревогу по поводу конечности жизни, старения и смерти, и Марвин пытался справиться с этой тревогой с помощью сексуального мастерства. На сексуальный акт было поставлено так много, что он оказался переоцененным и перегруженным.

Я полагал, что Марвин ошибался, считая секс основой своих проблем. Как раз наоборот - секс служил неэффективным средством, с помощью которого он пытался справиться с тревогой, исходящей из более фундаментальных источников. Иногда, как впервые показал Фрейд, тревога, вызванная сексуальностью, выражается другими, косвенными средствами. Возможно, столь же часто случается обратное: тревога другого рода маскируется под сексуальную тревогу. Сон о гигантском буре выразил это как нельзя ясно: земля под ногами Марвина размывалась (распространенный зрительный образ отсутствия опоры), и он пытался справиться с этим с помощью бурения - с помощью своего пениса длиной 65 футов (то есть 65 лет)!

Другие сны доказывали существование дикого мира под безмятежной внешностью Марвина - мира, кишящего смертью, убийствами, самоубийствами, яростью к Филлис, страхом перед грязными и угрожающими фантомами, появляющимися изнутри. Особенно загадочным был мужчина с завязанными глазами в комнате, где Марвин и Филлис собирались заняться любовью. Исследуя сексуальные проблемы, всегда важно выяснить: не присутствует ли при любовном акте кто-то третий? Присутствие других - призраков родителей, соперников, других любовников - сильно осложняет сексуальный акт.

Нет, бихевиоральная терапия была наилучшим выбором. Лучше всего было держать закрытой крышку этого подземного мира. Чем больше я думал об этом, тем больше был доволен, что сдержал свое любопытство и действовал планомерно и бескорыстно в интересах пациента.

Но рациональность и точность в психотерапии редко вознаграждаются. Через несколько дней Марвин позвонил и попросил о новой встрече. Я ожидал, что Филлис придет с ним, но он пришел один и выглядел встревоженным и осунувшимся. Никаких

вступительных ритуалов в тот день не последовало. Он перешел сразу к делу:

- Сегодня плохой день. Я чувствую себя несчастным. Но сначала я хочу сказать, что высоко ценю рекомендацию, которую Вы дали на прошлой неделе. Честно говоря, я ожидал, что Вы посоветуете мне приходить к Вам четыре раза в неделю ближайшие три или четыре года. Меня предупреждали, что вы, психиатры, делаете это независимо от проблемы. Не то что я виню вас - в конце концов, это бизнес, и вы, ребята, должны на что-то жить.

Ваш совет насчет супружеской терапии имеет смысл для меня. У нас с Филис действительно есть некоторые проблемы в общении, больше, чем я рассказал Вам на прошлой неделе. На самом деле я приукрасил ситуацию для Вас. У меня были некоторые трудности с сексом - не такие серьезные, как сейчас, - которые заставляли мое настроение колебаться в течение двадцати лет. Поэтому я решил последовать Вашему совету, но Филис не согласилась. Она отказалась пойти к священнику, к супружескому терапевту, к сексологу - ко всем. Я просил ее прийти один раз и поговорить с Вами, но у нее мозоль на пятке.

- Как это произошло?

- Я дойду до этого, но сначала я хочу обсудить еще две вещи. - Марвин остановился. Вначале я подумал, что он должен перевести дух: он выпалил свой монолог на одном дыхании. Но Марвин отвернулся, высморкался и тайком вытер глаза.

Затем он продолжил:

- Я качусь вниз. На этой неделе у меня была самая ужасная мигрень, и мне пришлось обратиться в медпункт, чтобы сделать инъекцию.

- Я подумал, что Вы сегодня выглядите утомленным.

- Головные боли убивают меня. Но еще хуже, что я не могу спать. Простой ночью мне приснился кошмар, который разбудил меня около двух часов утра, и я проигрывал его весь остаток ночи. Я все еще не могу выкинуть его из головы.

- Давайте перейдем к нему.

Марвин начал читать сон таким механическим голосом, что я остановил его и применил старое изобретение Фрица Перлза:

попросил его начать сначала и описать сон в настоящем времени, как будто он переживает его прямо сейчас. Марвин отложил свой блокнот и по памяти повторил:

Двое мужчин, очень высоких, бледных и худых. В полном молчании они скользят по темному полю. Они одеты во все черное. В высоких черных шляпах трубочистов, длинных черных пальто, черных гетрах и ботинках, они напоминают викторианских гробовщиков или лакеев. Внезапно они подходят к коляске, где лежит маленькая девочка, завернутая в черные пеленки. Не произнося ни слова, один из мужчин начинает толкать коляску. Проехав короткое расстояние, он останавливается, обходит коляску вокруг и своей черной тростью, у которой теперь раскаленный добела наконечник, разворачивает пеленки и медленно вводит белый наконечник в вагину младенца.

Этот сон поверг меня в оцепенение. В моем сознании сразу же возникли четкие образы. Я с изумлением посмотрел на Марвина, который, казалось, не был тронут и не оценил мощь своего собственного творения, и мне пришло в голову, что это не его сон, это не может быть его сон. Такого рода сон не мог исходить от него: он был просто медиумом, чьи губы произносили текст. Каким образом, спрашивал я себя, мне встретиться со сновидцем?

В самом деле, Марвин укрепил эту странную догадку. У него не было чувства близости с этим сном, и он относился к нему как к какому-то чужому тексту. Он все еще переживал страх, когда пересказывал его, и тряс головой, как будто пытался отогнать неприятное впечатление от этого сна.

Я сосредоточился на тревоге.

- Почему сон был кошмаром? Какая конкретно часть сна была пугающей?

- Когда я думаю об этом теперь, то последняя часть - введение трости в вагину ребенка - кажется ужасающей. Но не тогда, когда я видел этот сон. Тогда кошмаром казалось все остальное - бесшумные шаги, чернота, дурные предчувствия. Весь сон был пропитан страхом.

- Какое чувство во сне было по поводу введения трости в вагину младенца?

- Вообще говоря, эта часть казалась почти успокаивающей, как будто она умирляла сон - или, скорее, пыталась. На самом деле нет. Все это не имеет никакого смысла для меня. Я никогда не верил в сны.

Я хотел задержаться на этом сне, но должен был вернуться к требованиям момента. Тот факт, что Филис отказалась поговорить со мной даже один раз, чтобы помочь мужу, который был в кризисе сейчас, разрушало созданную Марвином картину идиллического, гармоничного брака. Я должен был действовать осторожно, из-за его страха (который Филис, очевидно, разделяла), что терапевты суют свой нос в семейные проблемы и потом смеются над ними, но я должен был быть уверен, что она твердо настроена против супружеской терапии. На прошлой неделе я спрашивал себя, не чувствовал ли Марвин себя отвергнутым мной. Возможно, это была уловка, чтобы манипулировать мной и заставить предложить ему индивидуальную терапию. Как много усилий на самом деле приложил Марвин, чтобы убедить Филис вместе с ним участвовать в лечении?

Марвин заверил меня, что она очень устойчива в своих привычках.

- Я говорил Вам, что она не верит в психиатрию, но это идет гораздо дальше. Она не ходит ни к каким врачам, она не проходила гинекологического обследования 15 лет. Единственное, что я в состоянии сделать, - это свозить ее к дантисту, когда у нее болит зуб.

Внезапно, когда я спросил о других примерах устойчивости привычек Филис, выяснилось нечто неожиданное.

- Ну, можно, наверное, сказать Вам правду. Нет смысла тратить деньги, сидя здесь и говоря Вам неправду. У Филис есть проблемы. Главное - она боится выходить из дома. Это имеет название. Я его забыл.

- Агорафобия?

- Да, точно. У нее это многие годы. Она редко выходит из дома по какой-либо причине, кроме... - голос Марвина стал тихим и таинственным, - кроме одной: избежать другого страха.

- Какого другого страха?

- Страх посещения гостей!

Он продолжал объяснять, что они не приглашали гостей домой многие годы, - нет, десятилетия. Если ситуация этого требует - например, если родственники приезжают из другого города, - Филлис приглашает их в ресторан.

- В недорогой ресторан, потому что Филлис ненавидит тратить деньги. Деньги - еще одна причина, - добавил Марвин, - по которой она против психотерапии.

Более того, Филлис не разрешает и Марвину принимать дома гостей. Пару недель назад, например, знакомые, приехавшие из другого города, позвонили и попросили разрешения осмотреть его коллекцию политических плакатов. Он не стал даже спрашивать Филлис: знал, что она поднимет шум. Поэтому, как и много раз прежде, он провел большую часть дня, пакуя свою коллекцию, чтобы выставить ее в своем офисе.

Эта новая информация еще яснее показала, что Марвину и Филлис необходима супружеская терапия. Но теперь появилось новое затруднение. Первые сны Марвина изобиловали глубинными образами, поэтому неделю назад я боялся, что индивидуальная терапия сорвет печать с этого бурлящего бессознательного, и думал, что супружеская терапия будет безопаснее. Однако теперь, получив доказательство тяжелой патологии в их отношениях, я спрашивал, не разбудит ли демонов также и семейная терапия.

Я повторил Марвину, что, рассмотрев все это, по-прежнему предлагаю избрать бихевиорально ориентированную семейную терапию. Но супружеская терапия требует супружеской пары, и если Филлис еще не готова прийти (что он немедленно подтвердил), я готов провести с ним пробный курс индивидуальной терапии.

- Но приготовьтесь, индивидуальное лечение, скорее всего, потребует многих месяцев, возможно, года или больше, и это не будет розовый сад. Могут возникнуть болезненные мысли или воспоминания, которые на время заставят Вас чувствовать себя еще хуже, чем сейчас.

Марвин заявил, что уже думал об этом в течение последних нескольких дней и желает начать немедленно. Мы договорились встречаться два раза в неделю.

Было очевидно, что оба мы соглашаемся на это с оговорками. Марвин продолжал скептически относиться к психотерапии и демонстрировал мало заинтересованности во внутреннем путешествии. Он согласился на терапию только потому, что мигрень поставила его на колени и ему некуда было больше обратиться. Я, со своей стороны, тоже был пессимистически настроен в отношении лечения: я согласился работать с ним, потому что не видел возможности осуществить другую терапию.

Но я мог направить его к кому-то еще. Была еще одна причина - этот голос, голос того существа, которое создавало столь поразительные сны. Где-то внутри Марвина был заточен сновидец, передающий важные экзистенциальные послания. Я снова погрузился в атмосферу сновидения, в темный, молчаливый мир угрюмых мужчин, черного поля, завернутого в черные пеленки младенца. Я вспомнил раскаленный наконечник трости и сексуальный акт, который был вовсе не сексом, а просто тщетной попыткой рассеять страх.

Интересно, если бы маскировка была не нужна, если бы сновидец мог говорить со мной прямо, что он мог бы сказать?

"Я стар. Я в конце своего жизненного пути. У меня нет детей, и я встречаю смерть, дрожа от страха. Я задыхаюсь в темноте. Я задыхаюсь от этого молчания смерти. Мне кажется, я знаю способ. Я пытаюсь проткнуть эту черноту своим сексуальным талисманом. Но этого недостаточно".

Но это были мои размышления, а не Марвина. Я попросил его ассоциировать по поводу сна, подумать о нем, сказать первое, что приходит на ум. Ничего не приходило, он просто покачал головой.

- Вы отрицательно качаете головой, почти не подумав. Попробуйте еще раз. Дайте себе шанс. Выберите любую часть сна и позвольте себе поэкспериментировать с ней.

Все равно ничего.

- Что Вы думаете о раскаленной добела трости? Марвин усмехнулся:

- Я спрашивал себя, когда Вы до этого доберетесь! Разве я не говорил раньше, что вы, ребята, рассматриваете секс как корень всех вещей?



Его обвинения звучали для меня иронически, поскольку если я и был в чем-то убежден в отношении его случая, так это в том, что источником его трудностей был вовсе не секс.

- Но это Ваш сон, Марвин. И Ваша трость. Вы ее создали, что Вы имели в виду? И что для Вас означают аллюзии смерти - гробовщики, молчание, чернота, вся атмосфера мрака и ужаса?

Имея выбор между интерпретацией сновидения с точки зрения смерти или секса, Марвин сразу же выбрал последнее.

- Ну, возможно. Вам будет интересно одно сексуальное событие, случившееся вчера днем - примерно за десять часов до этого сна. Я лежал в постели, все еще не поправившись после приступа мигрени. Филис пришла и сделала мне массаж головы и шеи. Затем она продолжала массировать мне спину, затем ноги, а затем пенис. Она раздела меня, а затем сняла с себя всю одежду.

Должно быть, это было необычным событием: Марвин говорил мне, что почти всегда он был инициатором секса. Я подозревал, что Филис хотела искупить свою вину за отказ посетить супружеского терапевта.

- Вначале я не реагировал.

- Почему?

- По правде говоря, я боялся. Я только что оправился от моей самой тяжелой мигрени и боялся, что не смогу и заработаю еще одну мигрень. Но Филис начала сосать мой член и возбудила меня. Я никогда не видел, чтобы она была такой настойчивой. Наконец, я сказал: "Ладно, возможно, как следует потрахаться - это как раз то, что надо, чтобы избавиться от этого напряжения", - Марвин замолчал.

- Почему Вы остановились?

- Я пытаюсь вспомнить ее точные слова. Так или иначе, мы начали заниматься любовью. Все было отлично, но как раз тогда, когда я был готов кончить, Филис сказала: "Есть и другие причины заниматься любовью, кроме избавления от напряжения". Ну и все! Я сразу потерял потенцию.

- Марвин, Вы сказали Филис прямо, что Вы чувствуете из-за ее выбора времени?

- Она неудачно выбрала время - и всегда так делала. Но я был слишком раздражен, чтобы говорить. Боялся того, что могу сказать.

Если я ляпну что-нибудь не то, она может превратить мою жизнь в ад - совсем прекратит всякие сексуальные контакты.

- Что именно Вы могли сказать?

- Я боюсь моих импульсов - моих сексуальных и убийственных импульсов.

- Что Вы имеете в виду?

- Вы помните, несколько лет назад в новостях сообщалось о мужчине, который убил свою жену, вылив на нее кислоту? Ужасный случай! Но я часто вспоминал это преступление. Я могу понять, как ярость к женщине могла привести к такому преступлению.

О Господи! Бессознательное Марвина было ближе к поверхности, чем я думал. Помня о том, что я не хотел выпускать на поверхность его примитивные чувства - по крайней мере, на ранней стадии лечения - я переключился с убийства на секс.

- Марвин, Вы сказали, что боитесь также своих сексуальных импульсов. Что Вы имели в виду?

- Мое сексуальное влечение всегда было слишком сильным. Мне говорили, что это характерно для многих лысых мужчин. Признак большого количества мужских гормонов. Это правда?

Я не хотел поощрять отвлекающих разговоров. Я проигнорировал вопрос.

- Продолжайте.

- Да, и я вынужден был всю жизнь сдерживать его, потому что у Филис были твердые представления о том, сколько секса у нас должно быть. И всегда было одно и то же - два раза в неделю, с некоторыми исключениями в праздники и в дни рождения.

- У Вас были какие-то чувства по этому поводу?

- Иногда. Но иногда я думаю, что ограничения полезны. Без них я превратился бы в дикаря.

Это замечание было любопытным.

- Что значит "превратиться в дикаря"? Вы имеете в виду внебрачные связи?

Мой вопрос шокировал Марвина:

- Я никогда не изменял Филис! И никогда не буду!

- Да, но что тогда означает "превратиться в дикаря"? Марвин выглядел озадаченным. У меня было ощущение, что он говорил об

этих вещах впервые. Я хотел, чтобы он продолжал, и просто ждал.

- Я не знаю, что имею в виду, но иногда я спрашиваю себя, что было бы, если бы я был женат на женщине с таким же сексуальным влечением, как у меня, на женщине, которая хочет секса и наслаждается им так же, как я.

- Что Вы об этом думаете? Что Ваша жизнь была бы совсем иной?

- Пойдите. Я не должен был говорить "наслаждаться". Филлис получает удовольствие от секса. Но она, похоже, никогда не хочет его. Вместо этого она... как бы это сказать?... допускает его - если я удовлетворяю ее. Именно в такие моменты я чувствую себя обманутым и злюсь.

Марвин остановился. Он расстегнул воротник, потер шею и покрутил головой. Он снимал напряжение, но мне показалось, что он как бы озирается по сторонам, желая убедиться, что никто не подслушивает.

- Кажется, Вам неудобно. Что Вы чувствуете?

- Я чувствую себя предателем. Как будто я не должен был говорить этих вещей о Филлис. Мне почему-то кажется, что она узнает об этом.

- Вы приписываете ей слишком большую власть. Рано или поздно нам придется все об этом выяснить.

В течение первых нескольких недель терапии Марвин продолжал быть подкупающе откровенным. В общем и целом он вел себя гораздо лучше, чем я ожидал. Он сотрудничал со мной; он оставил свой воинственный скептицизм в отношении психиатрии; он делал домашние задания, приходил на сеанс подготовленным и хотел получить, как он выразился, хороший доход от своих капиталовложений. Его доверие к терапии стимулировалось неожиданно быстрыми дивидендами: мигрени таинственно и полностью исчезли, как только он начал лечение (хотя резкие колебания настроения, порожденные сексом, продолжались).

В течение первой фазы терапии мы концентрировались на двух моментах: на его браке и (в меньшей степени, из-за его сопротивления) на значении его отставки. Но я очень осторожно выбирал верную линию. Я чувствовал себя хирургом, который готовит операционное поле, но избегает глубоких разрезов. Я хотел, чтобы Марвин исследовал эти вопросы, но не слишком ретиво -

чтобы не нарушить шаткое равновесие, установившееся между ним и Филис (что заставит его сразу же прекратить терапию), и не вызвать дополнительный страх смерти (что приведет к возобновлению мигреней).

В то же самое время, когда я проводил эту мягкую, очень конкретную терапию с Марвином, я был также вовлечен в волнующий диалог со сновидцем, этим исключительно просвещенным гомункулузом, который жил - или, можно сказать, был заперт - внутри Марвина, причем последний либо не подозревал о существовании сновидца, либо с добродушным безразличием позволял мне общаться с ним. Пока мы с Марвином прогуливались и беседовали на поверхностном уровне, сновидец выплескивал постоянный поток сообщений из глубин.

Возможно, мой диалог со сновидцем был целесообразным. Возможно, я тормозил работу с Марвином из-за своего увлечения сновидцем. Помню, что каждый сеанс я начинал не с чувством удовольствия видеть Марвина, а с предвкушением нового разговора со сновидцем.

Иногда сны, как те первые, были пугающим выражением онтологической тревоги; иногда они предвещали нечто, что должно случиться в терапии; иногда они были своеобразными пояснениями к терапии и давали точный перевод осторожных высказываний Марвина.

После нескольких первых сеансов я начал получать обнадеживающие послания:

Учитель в школе-интернате ищет детей, которым хочется порисовать на большом белом холсте. Позже я говорю об этом маленькому пухленькому мальчику - очевидно, это я сам, - и он так радуется, что начинает кричать.

Послание безошибочно:

"Марвин чувствует, что кто-то - несомненно, это терапевт, - дает ему возможность все начать сначала. Как это прекрасно - получить еще один шанс, написать свою жизнь заново на чистом холсте".

Последовали и другие обнадеживающие сны:

Я на свадьбе. Ко мне подходит женщина и говорит, что она моя давно забытая дочь. Она среднего возраста и одета в теплые

коричневые тона. У нас есть только пара часов, чтобы поговорить. Я спрашиваю, как она живет, но она не может говорить об этом. Я расстроен, когда она уходит, но мы договариваемся переписываться.

Послание:

"Марвин впервые открывает свою дочь - женственную, мягкую, чувствительную часть самого себя. Он изумлен. Возможности ограничены. Он хочет установить постоянную коммуникацию. Возможно, он надеется присоединить этот только что открытый островок самого себя".

Другой сон:

Я выглядываю в окно и слышу какую-то возню в кустах. Это кошка охотится за мышкой. Мне становится жалко мышку и я выхожу из дома. Я обнаруживаю двух маленьких котят, которые еще не открыли глаза. Я спешу сказать Филис о них, потому что она обожает котят.

Послание:

"Марвин понимает, в самом деле понимает, что его глаза были закрыты и что он, наконец, готовится открыть их. Он рад за Филис, которая тоже собирается открыть свои глаза. Но будь осторожен, он подозревает, что ты играешь с ним в кошки-мышки".

Вскоре я получил и другие предупреждения:

Мы с Филис обедаем в убогом ресторанчике. Обслуживание очень плохое. Официанта никогда нет на месте, когда он вам нужен. Филис говорит ему, что он грязно и плохо одет. Я удивлен, что еда такая хорошая.

Послание:

"Он строит козни против тебя. Филис хочет выкинуть тебя из их жизни. Ты являешься большой угрозой для них обоих. Будь осторожен. Не попади под перекрестный огонь. Как бы хороша ни была твоя еда, ты не подходишь для этой женщины".

И затем - сон, содержащий необычные претензии:

Я наблюдаю пересадку сердца. Хирург прилег отдохнуть. Кто-то обвиняет его в том, что он занят только процессом пересадки и не интересуется всеми грязными обстоятельствами получения донорского сердца. Хирург признает, что это правда. Операционная сестра говорит, что у нее нет такой привилегии - ей приходится видеть всю эту кухню.

Послание:

"Пересадка сердца - это, разумеется, психотерапия. (Браво, мой дорогой друг-сновидец! "Пересадка сердца" - какой вдохновляющий образ психотерапии!) Марвин чувствует, что ты холоден и не увлечен и что у тебя мало личного интереса к его жизни - как он стал таким человеком, каким является сегодня".

Сновидец подсказывал мне, как действовать. У меня никогда не было подобного наставника. Я был так изумлен сновидцем, что упустил из виду его мотивацию. Действовал ли он как агент Марвина, чтобы помочь мне помочь ему? Надеялся ли он, что если Марвин изменится, то он, сновидец, получит освобождение, соединившись с Марвином? Или он, главным образом, стремился преодолеть свою собственную изоляцию, предпринимая усилия, чтобы сохранить отношения со мной?

Но, в чем бы ни состояла его мотивация, совет был мудрым. Он прав: я не был искренне увлечен Марвином. Мы оставались на столь формальном уровне, что даже называть друг друга по имени было неудобно. Марвин держался очень серьезно: практически он был единственным из моих пациентов, с которым я не шутил и не смеялся. Я часто пытался сосредоточить внимание на наших отношениях, но, кроме нескольких колкостей на первых сеансах (в духе "Вы, ребята, думаете, что секс - основа всех вещей"), он вообще не обращался ко мне. Он относился ко мне с большим уважением и почтением и обычно отвечал на мои вопросы о его чувствах ко мне утверждениями, что, должно быть, я знаю свое дело, раз его мигрени больше не возобновляются.

Спустя шесть месяцев я уже немного теплее относился к Марвину, но по-прежнему не был к нему глубоко привязан. Это было очень страшно, поскольку я обожал сновидца - его мужество и бескомпромиссную честность. Время от времени я насильно заставлял себя вспоминать, что сновидец и был Марвином, что сновидец открывал доступ к самому ядру личности Марвина - к тому центральному "Я", которое обладает абсолютной мудростью и самопознанием.

Сновидец был прав, что я не окунулся в детали происхождения того сердца, которое пересаживалось: я был слишком невнимателен

к переживаниям и бессознательным схемам детской жизни Марвина. Поэтому следующие два сеанса я посвятил детальному изучению его детства. Одна из самых интересных вещей, которые мне удалось узнать, заключалась в том, что когда Марвину было семь или восемь лет, семью потрясло некое таинственное событие, в результате которого его мать навсегда выставила его отца из своей спальни. Хотя в содержание события Марвина никогда не посвящали, он полагает сейчас, на основании нескольких случайных замечаний матери, что его отец либо был уличен в неверности, либо был страстным игроком.

После изгнания отца Марвину, младшему сыну, пришлось стать постоянным компаньоном матери: его работой было сопровождать ее повсюду. Годами он терпел насмешки друзей по поводу романа с собственной матерью.

Нет нужды говорить, что новые обязанности Марвина не увеличили любовь к нему отца, который стал редким гостем в семье, затем просто тенью и вскоре исчез навсегда. Через два года его старший брат получил от отца открытку, что он жив-здоров и уверен, что семье без него живется лучше, чем с ним.

Очевидно, что было серьезное основание для возникновения эдиповских проблем в отношениях Марвина с женщинами. Его отношения с матерью были исключительно и даже излишне интимными, продолжительными и близкими и имели печальные последствия для его отношений с мужчинами; в самом деле, он воображал, что каким-то образом повлиял на исчезновение своего отца. Неудивительно поэтому, что Марвин остерегался соревнования с мужчинами и необычайно стеснялся женщин. Его первое настоящее свидание с Филис было его последним первым свиданием:

Филис и он крепко держались друг за друга, пока не поженились. Она была на шесть лет моложе Марвина, так же застенчива и столь же неопытна в общении с противоположным полом.

Эти сеансы воспоминаний были, на мой взгляд, довольно продуктивными. Я познакомился с персонажами, населяющими сознание Марвина, выявил (и продемонстрировал ему) определенные важные структуры, повторяющиеся на протяжении жизни: например, способ, каким он воссоздавал родительскую

структуру в своем собственном браке - его жена, как и жена его отца, держала в руках контроль, отказывая ему в сексуальной благосклонности.

Когда обнаружился этот материал, стало возможным понять нынешние проблемы Марвина с трех совершенно различных точек зрения: экзистенциальной (с упором на онтологическую тревогу, вызванную прохождением важного жизненного этапа); фрейдистской (с подчеркиванием эдиповской тревоги, вызванной слиянием сексуального акта с примитивной катастрофической тревогой); и коммуникационной (с подчеркиванием того, как последние жизненные события нарушили динамическое равновесие в браке. Вскоре возникли и другие подтверждения этой точки зрения.)

Марвин, как всегда, очень старался сообщить всю необходимую информацию, но, хотя его сны требовали этого, он вскоре потерял интерес к изучению происхождения своих жизненных моделей. Однажды он заметил, что эти пыльные от времени факты принадлежат другой эпохе, почти другому столетию. Он также произнес со вздохом, что мы обсуждали драму, все персонажи которой, за исключением его самого, мертвы.

Сновидец вскоре подал мне несколько сообщений о реакции Марвина на наш исторический экскурс:

Я вижу машину любопытной формы, похожую на большой длинный ящик на колесах. Она черная и блестит, как лакированная кожа. Я поражен тем, что единственные окна расположены сзади, и они настолько кривые, что через них абсолютно ничего нельзя увидеть.

У другого автомобиля проблемы с зеркалом заднего вида. У него окна с фильтром, который двигается туда-сюда, но его заело.

Я с большим успехом читаю лекцию. Затем начинаются проблемы с проектором слайдов. Вначале я не могу вынуть из проектора один слайд, чтобы заменить его другим. На этом слайде изображена мужская голова. Затем я не могу навести фокус. Затем на экран начинают проецироваться головы зрителей. Я передвигаюсь по аудитории, чтобы найти место для оптимальной картинке, но никак не могу увидеть слайд целиком.

Послание, которое, как я полагал, передает мне сновидец:



"Я пытаюсь смотреть назад, но зрение меня подводит. Нет задних окон. Нет зеркала заднего вида. Головы мешают увидеть слайд. Прошлое, подлинная история, хроника реальных событий невозстановима. Голова на слайде - моя голова, мой взгляд, моя память - встает на пути. Я вижу прошлое только сквозь призму настоящего - не то, что я знал и испытывал тогда, но то, как я переживаю это теперь. Историческая реконструкция - это неудачная попытка убрать с пути мешающие головы зрителей.

Не только прошлое навсегда утрачено, но и будущее тоже за семью печатями. Черная лаковая машина, ящик, мой гроб не имеет также и передних окон".

Постепенно, слегка подталкиваемый мной, Марвин начал погружаться в более глубокие воды. Возможно, он подслушал отрывки моего разговора со сновидцем. Его первая ассоциация с машиной, забавным черным ящиком на колесах, была: "Это не гроб". Заметив мои поднятые брови, он улыбнулся и сказал:

- Разве не один из Вас, ребята, сказал, что, протестуя слишком много, Вы сами себя выдаете?

- У машины не было передних окон, Марвин. Подумайте об этом. Что приходит Вам в голову?

- Я не знаю. Без передних окон ты не знаешь, куда направляешься.

- Как можно применить это к Вам, к тому, с чем Вы сталкиваетесь сейчас в жизни?

- Отставка. Я немного медлителен, но начинаю это понимать. Однако я не грущу об отставке. Почему я ничего не чувствую?

- Чувство здесь. Оно прорывается во сне. Может быть, его слишком больно испытывать. Может быть, боль выбирает более короткий маршрут и обращается на другие вещи. вспомните, как часто Вы говорили: "Почему я должен так расстраиваться из-за своих сексуальных неудач? Это бессмысленно". Одна из наших главных задач - это сортировка чувств и отнесение их к той ситуации, которой они принадлежат.

Вскоре он сообщил серию снов, открыто отражающих мотивы старения и смерти. Например, ему снилось, что он ходит по большому подземному недостроенному зданию.

Один сон особенно подействовал на него:

Я вижу Сьюзен Дженнингс. Она работает в книжном магазине. Она выглядит подавленной, и я подхожу к ней, чтобы посочувствовать. Я говорю ей, что знаю других, еще шестерых, кто чувствует себя точно так же. Я смотрю на нее, а ее лицо покрыто уродливыми слизистыми шрамами. Я просыпаюсь крайне испуганным.

С этим сном Марвин работал хорошо.

- Сьюзен Дженнингс? Сьюзен Дженнингс? Я знал ее сорок пять лет назад в колледже. Я не думаю, что с тех пор хоть раз думал о ней.

- Подумайте о ней теперь. Что Вам приходит в голову?

- Я вижу ее лицо - круглое, пухленькое, большие очки.

- Напоминает Вам кого-нибудь?

- Нет, но я знаю, что Вы хотите сказать - что она похожа на меня: круглое лицо и огромные очки.

- Как насчет "шести других"?

- Да, есть кое-что. Вчера я говорил с Филис обо всех наших друзьях, которые умерли, и еще о газетной заметке о людях, которые умерли сразу же, как только ушли на пенсию. Я читал университетский бюллетень и узнал, что шесть человек с моего курса умерли. Должно быть, это те "шесть других, которые чувствуют себя так же" в моем сне. Потрясающе!

- Здесь большая доля страха смерти, Марвин, - в этом сне и во всех остальных кошмарах. Каждый человек боится смерти. Я не встречал никого, кто не боялся бы. Но большинство людей приспособляются к нему годами. В Вашем случае он появился внезапно. У меня сильное чувство, что именно мысли об отставке стимулировали его.

Марвин упомянул, что самое сильное впечатление произвел на него первый сон, приснившийся шесть месяцев назад, о двух мрачных мужчинах, белой трости и младенце. Эти образы продолжали атаковать его сознание - особенно образ мрачных викторианских могильщиков. Возможно, сказал он, это символ его самого: он понял пару лет назад, что всю свою жизнь себя хоронил.

Марвин начинал меня изумлять. Он рискнул спуститься в такие глубины, что я с трудом мог поверить, что беседую с тем же самым человеком. Когда я спросил его, что произошло пару лет назад, он описал случай, который ни разу никому не рассказывал, даже Филис.

Листая номер "Психологии сегодня" в приемной дантиста, он заинтересовался статьей, где предлагалось попытаться представить себе последний, самый главный разговор со всеми важными людьми в вашей жизни, которые умерли.

Однажды, когда был один, Марвин попробовал это сделать. Он представил, что говорит с отцом о том, как скучает по нему и как бы ему хотелось узнать его поближе. Отец не ответил. Марвин представил, что говорит последнее "Прости!" своей матери, сидящей напротив в своем любимом кресле-качалке. Он говорил слова, но никаких чувств не испытывал. Он стиснул зубы и попытался вызвать чувства силой.

Но они не появлялись. Он сконцентрировался на значении слова "никогда"- что он никогда, никогда больше ее не увидит. Но ничего не получалось. Он закричал вслух: "Я никогда не увижу тебя снова!" Опять ничего. И тогда он понял, что похоронил себя.

В тот день он плакал в моем кабинете. Он плакал обо всем, что упустил, об убитых годах своей жизни. Как это печально, сказал Марвин, что он ждал до сих пор, чтобы попытаться стать живым. Впервые я почувствовал близость к Марвину. Когда он плакал, я обнял его за плечи.

К концу этого сеанса я чувствовал себя измотанным, но был очень тронут. Я подумал о том что, наконец, мы сломали разделяющий нас барьер: в конце концов Марвин и сновидец слились и говорили одним голосом.

Марвин почувствовал себя лучше после нашего сеанса и был полон оптимизма, пока через несколько дней не произошло любопытное событие. Они с Филис только что начали сексуальный акт, когда он неожиданно сказал: "Возможно, доктор прав, возможно, моя тревога насчет секса - это на самом деле страх смерти!" Как только он проговорил это, как сразу же - фууук! - произошла внезапная и неприятная преждевременная эякуляция. Филис была, понятным образом, раздражена его выбором темы для маленького сексуального разговора. Марвин сразу же начал ругать себя за бестактность по отношению к ней и за свою сексуальную неудачу и впал в глубокую депрессию. Вскоре я получил тревожное, умоляющее послание от сновидца:

Я внес в дом новую мебель, но никак не могу закрыть входную дверь. Кто-то установил там устройство, чтобы дверь оставалось открытой. Затем я вижу десять или двенадцать человек с вещами за дверью. Это ужасные, злые люди, особенно одна беззубая сгорбленная старуха, лицо которой напоминает мне лицо Сьюзен Дженнингс. Она также напоминает мне Мадам Дефарж из фильма "Сказка о двух городах" - ту, которая вязала рядом с гильотиной, когда с нее скатывались головы.

Послание:

"Марвин очень напуган. Он слишком многое и слишком быстро осознал. Он знает теперь, что его ждет смерть. Он открыл дверь осознанию; но теперь он боится, что слишком многое выйдет наружу, что дверь заело и он не сможет больше ее закрыть".

Затем последовали пугающие сны с похожими посланиями:

Ночь, я сижу высоко на балконе какого-то здания. Я слышу, как внизу, в темноте, маленький ребенок плачет и зовет на помощь. Я говорю, что иду к нему, потому что я единственный, кто может ему помочь. Но когда я начинаю спускаться во тьму, лестница становится все уже и уже, и хлипкие перила ломаются у меня в руках. Я боюсь идти дальше.

Послание:

"Существуют жизненно важные части меня, которые были похоронены всю мою жизнь - маленький мальчик, женщина, художник, искатель смысла. Я знаю, что похоронил себя заживо и оставил большую часть своей жизни непрожитой. Но сейчас я не могу опускаться в эти области. Я не могу справиться со страхом и сожалением".

И еще один сон:

У меня экзамен. Я держу в руках зачетку и помню, что не ответил на последний вопрос. Я в панике. Я пытаюсь вернуть зачетку, но уже истекло время. Я договариваюсь встретиться со своим сыном после экзамена.

Послание:

"Теперь я понимаю, что не сделал того, что мог бы сделать в жизни. И курс, и экзамен окончены. Мне хотелось бы сделать все по-другому. Тот последний вопрос на экзамене, какой он был?"

Возможно, если бы я выбрал другой путь, сделал что-то другое, стал бы кем-то другим - не школьным учителем, не богатым финансистом... Но уже слишком поздно, слишком поздно менять какие-либо из моих ответов. Время вышло. Если бы только у меня был сын, я бы через него проник в будущее, перешагнув смертельную черту".

Позже, той же ночью:

Я карабкаюсь по горной тропе. Я вижу несколько человек, пытающихся среди ночи перестроить дом. Я знаю, что этого нельзя сделать, и пытаюсь сказать им об этом, но они не слышат меня. Затем я слышу, как кто-то снизу зовет меня по имени. Это моя мать пытается вернуть меня. Она говорит, что у нее для меня послание. Оно о том, что кто-то умирает. Я знаю, что это я умираю. Я просыпаюсь в холодном поту.

Послание:

"Слишком поздно. Невозможно перестроить твой дом среди ночи - изменить курс, который ты избрал, в тот момент, когда ты готовишься вступить в океан смерти. Сейчас я в том возрасте, в каком умерла моя мать. Я пережил ее и понял, что смерть неизбежна. Я не могу изменить будущее, потому что прошлое догоняет меня".

Эти послания сновидца звучали все громче и громче. Я должен был прислушаться к ним. Они требовали, чтобы я сориентировался и подвел итог тому, что произошло в процессе терапии.

Марвин двигался быстро, возможно, слишком быстро. Вначале он был человеком без интуиции: он не мог и не хотел обратить свой взгляд внутрь. За относительно короткий период в шесть месяцев он сделал потрясающие открытия. Он узнал, что у него, как у новорожденного котенка, были закрыты глаза. Он узнал, что глубоко внутри есть богатый, густо населенный мир, который вызывает ужасный страх, но и дает искупление через просветление.

Поверхность вещей больше не привлекала его: он был меньше увлечен своими коллекциями марок и "Ридерс Дайджест". У него теперь открылись глаза на экзистенциальные факты жизни, он столкнулся с неизбежностью смерти и невозможностью спасения.

Марвин пробудился быстрее, чем я ожидал; в конце концов, он, вероятно, тоже слушал голос своего сновидца. Вначале он жаждал понять, но вскоре энтузиазм уступил место сильному чувству

сожаления. Он сожалел о своем прошлом и безвозвратных потерях. Больше всего он сожалел о пустотах в своей жизни: о своем неиспользованном потенциале, о детях, которых у него не было, об отце, которого он не знал, о доме, который никогда не был наполнен родственниками и друзьями, о работе, которая могла бы иметь больше смысла, чем накопление денег. Наконец, он жалел самого себя, пленного сновидца, маленького мальчика, зовущего на помощь из темноты.

Он знал, что не прожил той жизни, какую действительно хотел прожить. Возможно, еще можно это сделать. Возможно, еще есть время написать свою жизнь заново на большом чистом холсте. Он начал поворачивать ручки потайных дверей, перешептываться с неизвестной дочерью, спрашивать, куда ушел его исчезнувший отец.

Но он обогнал сам себя. Он зашел слишком далеко и теперь был отделен от обоих берегов: прошлое было темным и невосполнимым, будущее закрыто. Было слишком поздно: его дом был построен, последний экзамен сдан. Он открыл ворота осознания только для того, чтобы выпустить через них страх смерти.

Иногда страх смерти рассматривается как нечто универсальное и тривиальное. Кто, в конце концов, не знает о собственной смерти и не боится ее? Но одно дело - знать о смерти вообще и совсем другое - ощущать смерть каждой клеточкой своего тела. Такое осознание смерти возникает редко, иногда только один или два раза в жизни, и этот ужас Марвин испытывал ночь за ночью.

Против своего страха у него не было даже самой распространенной защиты: не имея детей, он не мог успокоить себя иллюзией бессмертия через потомство; у него не было твердых религиозных убеждений - веры ни в сохранение сознания в загробной жизни, ни во всемогущее защищающее божество; не испытывал он и удовлетворения от самореализации в жизни. (Как правило, чем меньше у человека чувство, что он достиг чего-то в жизни, тем больше у него страх смерти.) Хуже всего то, что Марвин не предвидел никакого конца этому страху. Образ сновидения был четким: демоны вырвались наружу, и он не мог избавиться от них, захлопнув дверь, так как она не закрывалась.

Итак, мы с Марвином достигли решающего пункта, к которому неизбежно приводит полное осознание. Это время, когда человек оказывается у края пропасти и решает, как ему противостоять безжалостным жизненным фактам: смерти, одиночеству, отсутствию твердой основы и смысла. Разумеется, решения нет. Выбор возможен лишь между различными позициями: быть "решительным", или "вовлеченным", или бросить "мужественный вызов", или стоически принимать ситуацию, или отказаться от рациональности и довериться Божественному провидению.

Я не знал, что будет делать Марвин, и не знал, чем еще ему помочь. Я помню, что ждал каждого нового сеанса с любопытством, какой выбор он сделает. Что это будет? Совершит ли он свое собственное открытие? Не найдет ли он способ успокоить себя очередным самообманом? Не примет ли он в конце концов религиозную веру? Или он найдет силу и поддержку в одном из решений философии жизни? Никогда я так глубоко не осознавал двойственную роль терапевта как участника и одновременно наблюдателя. Хотя теперь я был эмоционально вовлечен и беспокоился о том, что произойдет с Марвином, в то же время я осознавал, что нахожусь в привилегированной позиции наблюдателя зарождающейся веры.

Марвин по-прежнему чувствовал тревогу и подавленность, но продолжал с азартом работать в психотерапии. Мое уважение к нему возрастало. Я думал, что он прекратит терапию гораздо раньше. Что заставляло его продолжать?

Он говорил, что несколько причин. Во-первых, он больше не страдал мигренями. Во-вторых, он запомнил мое предупреждение при первой встрече, что в терапии бывают периоды, когда ты чувствуешь себя хуже; он доверял моим словам о том, что его нынешняя тревога - необходимая стадия терапии и что она пройдет. Кроме того, он был убежден, что в процессе терапии, должно быть, произошло нечто важное: за прошедшие пять месяцев он узнал о себе больше, чем за предыдущие 64 года!

Произошло и еще нечто совершенно неожиданное. Его отношения с Филлис претерпели существенные изменения.

- Мы говорим теперь гораздо чаще и откровеннее, чем раньше. Я не знаю точно, когда это началось. Когда мы с Вами начали встречаться, Филис вдруг стала очень активно стремиться беседовать со мной. Это было неспроста. Я думаю, она хотела убедить меня, что мы можем с ней разговаривать и без всякого терапевта.

Но в последние несколько недель это происходит по-другому. Теперь мы действительно разговариваем. Я рассказываю Филис все, о чем мы с Вами говорим на каждом сеансе. Фактически она ждет моего возвращения у двери и становится нетерпеливой, когда я откладываю рассказ, - например, предлагаю подождать до обеда.

- Что именно ее больше всего интересует?

- Почти все. Я говорил Вам, что Филис не любит тратить деньги - она предпочитает распродажи. Мы шутим насчет того, что получаем двойную терапию за одинарную цену.

- Ну что ж, я рад такой сделке.

- Думаю, наиболее важным для Филис было то, что я рассказал ей о нашем обсуждении моей работы, о том, как я разочарован, что не сделал большего с моими способностями, что посвятил жизнь зарабатыванию денег и никогда не задумывался о том, что я могу дать миру. Это ее очень потрясло. Она сказала, что если это верно в моем случае, то тем более верно для нее - она прожила абсолютно эгоцентричную жизнь, никогда ничего не делала для других.

- Она много сделала для Вас.

- Я напомнил ей об этом. Вначале она поблагодарила меня за эти слова, но позже, обдумав их, сказала, что не уверена - возможно, она помогала мне, а может быть, в каком-то смысле стояла у меня на пути.

- Как это?

- Она упомянула все, о чем я Вам рассказывал: как отвадила от дома всех друзей, как отказывалась путешествовать и отучила от этого меня - я когда-нибудь говорил Вам об этом? Больше всего она сожалеет о своей бездетности и о своем отказе много лет назад лечиться от бесплодия.

- Марвин, я поражен. Такая откровенность, такая искренность! Как вы оба добились этого? О таких вещах тяжело говорить, правда, тяжело.



Он продолжал рассказывать о том, что Филис заплатила за свое понимание - она стала очень набожной. Однажды ночью он не мог заснуть и услышал какой-то шепот из ее комнаты. (Они спали в разных комнатах из-за его храпа.) Марвин тихонько подошел и увидел Филис стоящей на коленях у постели и повторяющей одну и ту же молитву: "Матерь Божья защитит меня. Матерь Божья защитит меня. Матерь Божья защитит меня".

Эта сцена сильно подействовала на Марвина, хотя ему и трудно было это сформулировать. Думаю, он был переполнен жалостью - жалостью к Филис, к себе, ко всем маленьким людям, у которых не осталось надежды. Думаю, он понял, что ее молитва была магическим заклинанием, защитой против ужасов жизни.

Наконец, ему удалось в ту ночь заснуть, и он увидел сон:

В большой, полной людей комнате на пьедестале стоит статуя женского божества. Она похожа на Христа, но одета в развевающуюся светло-оранжевую одежду. В другом конце комнаты находится актриса в длинном белом платье. Актриса и статуя меняются местами. Каким-то образом они меняются платьями, статуя спускается вниз, а актриса поднимается на пьедестал.

Марвин сказал, что в конце концов понял: сон означал, что он превратил женщин в богинь и верил, что будет спасен, если ублажит их. Вот почему он всегда боялся гнева Филис, и поэтому, когда был встревожен, испытывал такое облегчение от ее сексуальных ласк.

- Особенно оральный секс, - кажется, я говорил Вам, что когда я в панике, она берет мой пенис в рот и все мои неприятные чувства сразу рассеиваются. Это не секс - Вы всю дорогу об этом твердили, и теперь я понял, что это правда, - мой пенис может оставаться совершенно мягким. Это просто означает, что она полностью принимает меня и я становлюсь частью ее.

- Вы действительно наделили ее магической силой - как богиню. Она может исцелить Вас простой улыбкой, прикосновением, тем, что принимает Вас в себя. Не удивительно, что Вы прилагаете столько усилий, чтобы не расстроить ее. Но проблема в том, что секс превратился в нечто медицинское - даже больше того - секс становится делом жизни и смерти, и Ваше выживание зависит от слияния с этой женщиной. Не удивительно, что секс стал вызывать

трудности. Он должен быть любовным, радостным действием, а не защитой от опасности. С таким отношением к сексу любой - включая меня - имел бы проблемы с потенцией.

Марвин достал записную книжку и написал несколько строк. Несколько недель назад я был раздражен, когда он впервые начал делать заметки, но он так успешно прогрессировал, что я стал уважать все его мнемонические средства.

- Давайте проверим, правильно ли я понял. Согласно Вашей теории, то, что я называю сексом, часто не есть секс, - по крайней мере, не хороший секс, - а просто способ защитить себя от страха, особенно от страха старения и смерти. И когда у меня не получается, то это не потому, что я потерял сексуальность как мужчина, а потому, что я жду от секса того, что он не может дать.

- Точно. И тому много доказательств. Это сон о двух могильщиках и трости с белым наконечником. Это сон о грунтовых водах, размывающих Ваш дом, который Вы пытаетесь спасти, пробуравив гигантскую скважину. Это чувство физического слияния с Филис, которое Вы только что описали, - замаскированное под секс, но, как Вы заметили, не являющееся сексом.

- Итак, есть две проблемы. Во-первых, я жду от секса того, что он не в силах мне дать. Во-вторых, я наделил Филис почти сверхъестественной властью исцелять или защищать меня.

- И все это прошло, когда Вы услышали ее повторяющуюся отчаянную молитву.

- Именно тогда я понял, как она уязвима, - не Филис только, а все женщины. Нет, не только женщины, а все вообще. Я делал то же самое, что и Филис, - надеялся на магию.

- Итак, Вы зависите от ее силы, защищающей Вас, а она, в свою очередь, умоляет о защите с помощью магического заклинания, - посмотрим, с чем же это Вас оставляет.

- Есть еще кое-что важное. Посмотрим на все это с точки зрения Филис: если она из любви к Вам принимает роль богини, которую Вы на нее возложили, подумайте, как влияет эта роль на ее собственные возможности роста. Чтобы оставаться на своем пьедестале, она никогда не должна говорить с Вами о своей боли и своих страхах - или до сих пор не должна была.

- Пойдите. Дайте мне записать. Я собираюсь объяснить все про Филлис, - Марвин торопливо записывал.

- Так что в каком-то смысле она следовала Вашим невысказанным желаниям, когда скрывала свои слабости и притворялась более сильной, чем на самом деле. Я подозреваю, что это одна из причин, по которой она вначале отказалась от терапии, - другими словами, она поддерживала Ваше желание, чтобы она не менялась. Я также подозреваю, что если Вы спросите ее теперь, она сможет прийти.

- Ну и ну, мы и в самом деле настроены на одну волну. Мы с Филлис уже обсуждали это, и она готова с Вами поговорить.

Теперь к терапии подключилась Филлис. Она пришла вместе с Марвином на следующий сеанс - привлекательная, милая женщина, которая усилием воли преодолела свое смущение и на нашем сеансе втроем была смелой и откровенной.

Наши догадки насчет Филлис оказались близки к истине: она часто вынуждена была скрывать свое чувство слабости, чтобы не разочаровывать Марвина. И, конечно, она должна была быть особенно заботливой, когда он был расстроен - в последнее время это означало, что она должна была быть заботливой почти постоянно.

Но ее поведение определялось не только реакцией на проблемы Марвина. Филлис сталкивалась и со многими личными проблемами. Самой болезненной из них было отсутствие образования и то, что интеллектуально она отстает от большинства людей, особенно от Марвина. Одна из причин, по которым она боялась и избегала социальных контактов, состояла в том, что кто-нибудь мог спросить ее: "Чем Вы занимаетесь?" Она избегала длинных разговоров, так как могло выясниться, что она никогда не училась в колледже. Всякий раз, когда Филлис сравнивала себя с другими, она неизменно приходила к выводу, что они лучше информированы, более умны, социально приспособлены, уверены в себе и интересны.

- Возможно, - предположил я, - единственная область, в которой Вы могли сохранить власть, - это секс. Это та сфера, где Марвин нуждается в Вас и не может одержать над Вами верх.

Вначале Филлис колебалась с ответом, но потом слова нашлись сами:

- Думаю, я должна была иметь что-то, что хотел Марвин. Во многих других отношениях он очень самодостаточен. Я часто чувствую, как мало я могу ему предложить. Я не смогла иметь детей, я боюсь людей, я никогда не работала вне дома, у меня нет ни талантов, ни способностей.

Она остановилась, вытерла глаза и сказала, обращаясь к Марвину:

- Видишь, я могу плакать, если разрешу себе. Потом Филис снова повернулась ко мне:

- Марвин сказал Вам, что говорит со мной о том, что вы здесь обсуждаете. Так что я тоже участвую в терапии. Некоторые темы потрясли меня, они относятся больше ко мне, чем к нему.

- Например?

- Например, сожаление. Это как раз про меня. Я часто сожалею о том, что сделала со своей жизнью, или, точнее, чего не сделала.

В этот момент мое сердце наполнилось симпатией к Филис, и я во что бы то ни стало захотел сказать ей что-нибудь ободряющее.

- Если мы слишком глубоко заглядываем в прошлое, легко переполниться сожалением. Но сейчас самое главное - обернуться к будущему. Мы должны подумать о переменах. Нельзя допустить, чтобы следующие пять лет Вы прожили так же, как те прошедшие пять лет, о которых сожалеете.

После короткого раздумья Филис ответила:

- Я хотела сказать, что слишком стара, чтобы что-то менять. Я чувствовала это последние тридцать лет. Тридцать лет! Вся моя жизнь прошла с чувством, что уже слишком поздно. Но то, как изменился Марвин за последние несколько недель, потрясло меня. Может быть. Вам это непонятно, но одно то, что я сегодня здесь, в кабинете психиатра, рассказываю о себе, - это уже огромный, огромный шаг вперед.

Я помню, что подумал, как удачно, что изменения Марвина побудили к изменениям и Филис. В терапии нередко происходит обратное. Фактически терапия часто вызывает напряжение в браке: если пациент изменяется, а его супруг остается в прежнем состоянии, то динамическое равновесие в браке нарушается. Пациент вынужден либо отказаться от развития, либо развиваться и рисковать союзом. Я был очень благодарен Филис за проявленную гибкость.

Последнее, что мы обсуждали, было возникновение симптомов Марвина. Я объяснял себе символическое значение отставки - экзистенциальную тревогу, лежащую в основе этой важной жизненной вехи, - как причину появления симптомов. Но Филис предложила дополнительное объяснение.

- Я уверена, что Вы знаете, о чем говорите, и что Марвин, должно быть, расстроен своей отставкой больше, чем подозревает. Но, сказать по правде, больше всего его отставкой расстроена я - а когда я чем-либо расстроена, Марвин тоже огорчается. Так устроены наши отношения. Если я грущу, даже тайком, он чувствует это и расстраивается. Иногда он таким образом берет на себя мою грусть.

Филис сказала это с такой легкостью, что я на минуту забыл, в каком она напряжении. Раньше она поглядывала на Марвина, произнося каждую свою фразу. Я не знал точно: для того ли, чтобы получить его поддержку, или чтобы убедиться, что он выдержит то, что она собирается сказать. Но сейчас она была захвачена тем, что говорила, и держалась совершенно свободно.

- Чем Вас расстроила отставка Марвина?

- Ну, во-первых, для него уход на пенсию означает возможность путешествовать. Я не знаю, много ли он говорил Вам о моем отношении к путешествиям. Я этим вовсе не горжусь, но мне тяжело покидать дом и пускаться в странствия по миру. Потом, мне не нравится, что Марвин будет теперь "хозяйничать" в доме. Последние сорок лет он был хозяином в своем офисе, а я - в доме. Теперь я знаю, что это и его дом тоже. Главным образом, это ведь его дом - он заплатил за него деньги. Но мне обидно слышать его разговоры о том, как он реконструирует дом, чтобы разместить свои разнообразные коллекции. Например, сейчас он пытается найти кого-то, кто сделает ему стеклянный обеденный стол, на котором он разместит свои политические листовки. Я не хочу есть на политических листовках. Я боюсь, что мы начнем ссориться. И... - она остановилась.

- Вы собирались сказать что-то еще, Филис?

- Ну, это труднее всего сказать. Я чувствую себя смущенной. Я боюсь, что когда Марвин будет оставаться дома, он увидит, как мало я каждый день делаю, и потеряет ко мне уважение.

Марвин просто взял ее за руку. Казалось, это было правильно. На протяжении всего сеанса он слушал с большим сочувствием. Никаких отвлекающих вопросов, никаких плоских шуток, никакого стремления удержаться на поверхности. Он заверил Филис, что путешествия важны для него, но не настолько, чтобы он не мог подождать до тех пор, пока она не будет готова к ним. Он открыто сказал ей, что самая важная в мире вещь для него - это их отношения и что он никогда не чувствовал к ней такой близости.

Я встречался с Филис и Марвином еще несколько раз. Я поддерживал их новый, более открытый тип общения и дал им несколько рекомендаций относительно сексуального поведения: как Филис может помочь Марвину сохранить эрекцию или избежать преждевременной эякуляции, как Марвину относиться к сексу менее механически и как он может довести Филис до оргазма мануально или орально, если потерял эрекцию.

Она была затворницей многие годы и редко выходила одна. Мне показалось, что пришло время разрушить эту схему. Я полагал, что смысл - по крайней мере, один из смыслов ее агорафобии - утратил актуальность и можно воздействовать на нее с помощью парадокса. Вначале я получил согласие Марвина, что он обещает последовать любому моему совету, чтобы помочь Филис преодолеть ее страх. Затем я велел ему говорить ей каждые два часа одни и те же слова (если он в это время на работе, то звонить и говорить по телефону): "Филис, пожалуйста, не уходи из дома. Мне нужно знать, что ты все время здесь, чтобы заботиться обо мне и защищать меня от моих страхов".

Глаза Филис расширились. Марвин посмотрел на меня недоверчиво. Я что, серьезно? Я сказал, что понимаю, как идиотски это звучит, но убедил их добросовестно последовать моим инструкциям.

Первые несколько раз, когда Марвин просил Филис не покидать дом, оба были смущены; это звучало искусственно и нелепо - она месяцами не выходила из дома. Но вскоре смущение сменилось раздражением. Марвин был раздражен тем, что я взял с него обещание повторять эту дурацкую фразу. Филис знала, что Марвин следует моим инструкциям, но тоже была раздражена его

приказаниями оставаться дома. Через несколько дней она пошла одна в библиотеку, потом за покупками, а на следующей неделе отправилась дальше, чем отваживалась за многие годы.

Я редко прибегаю к таким манипулятивным методам в психотерапии; обычно цена слишком высока - нужно жертвовать подлинностью терапевтического контакта. Но парадокс может быть эффективным в тех случаях, когда терапевтические основания прочны и предписываемое поведение разрушает смысл симптома. В данном случае агорафобия Филис была не ее, а их симптомом и служила сохранению супружеского равновесия: Филис всегда была в распоряжении Марвина; он мог совершать вылазки в мир, обеспечивать их безопасность, но сам чувствовал себя в безопасности, только будучи уверенным, что она всегда ждет его дома...

Была определенная ирония в моем использовании этой инструкции: экзистенциальный подход и манипулирование парадоксами - довольно странное сочетание. Но здесь последовательность выглядела естественной.

Марвин использовал в своих взаимоотношениях с Филис те прозрения, которые он получил, столкнувшись с глубинными источниками своего отчаянья. Несмотря на свою растерянность (проявившуюся в сновидении в виде неспособности перестроить дом среди ночи), он, тем не менее, добился радикальной перестройки своих отношений с женой. Оба - и Марвин, и Филис - теперь так заботились о развитии друг друга, что могли полноценно сотрудничать в деле искоренения симптома.

Изменение Марвина запустило спираль адаптации: освобожденная от своей ограничивающей роли, Филис буквально преобразилась за несколько недель и продолжила укреплять свои изменения в индивидуальной работе с другим терапевтом в следующем году.

Мы с Марвином встретились еще только дважды. Довольный достигнутым прогрессом, он понял, как он выразился, что получил хороший доход от своих инвестиций. Мигрени, которые были причиной его обращения за помощью, больше никогда не возвращались. Хотя у него еще случались колебания настроения (и

они по-прежнему зависели от секса), их интенсивность значительно уменьшилась. Марвин считал, что теперь колебания настроения несравнимо меньше, чем все предыдущие двадцать лет.

Я тоже чувствовал удовлетворение от нашей работы. Всегда есть что-то еще, что можно было бы сделать, но в целом мы выполнили гораздо больше, чем я предполагал в начале работы. Тот факт что кошмары Марвина прекратились, тоже был благоприятным. Хотя я больше не получал посланий от сновидца, я по ним не скучал. Марвин и сновидец слились воедино, и я говорил теперь с ними как с одним человеком.

Следующий раз я встретился с Марвином год спустя: я всегда назначаю пациентам встречу через год - как для их пользы, так и в личных познавательных целях. У меня есть привычка проигрывать для пациентов кусочек нашего первого сеанса, записанного на магнитофон. Марвин десять минут слушал с большим интересом, потом улыбнулся и сказал:

- Господи, кто этот осел?

Достижения Марвина были серьезными. Наблюдая подобную реакцию у многих пациентов, я начал рассматривать ее как надежный показатель изменений. Фактически Марвин говорил: "Сейчас я другой человек. Я с трудом узнаю того Марвина, которым был год назад. То, что я делал тогда - отказывался взглянуть правде в глаза, пытался контролировать или запугивать других, старался потрясти других своим интеллектом, добросовестностью, своими схемами, - все это прошло. Я больше этого не делаю".

Это немалые достижения, они указывают на существенную перестройку личности. Но они столь тонкие по своему характеру, что обычно ускользают от исследовательских опросников.

Со своей обычной добросовестностью, Марвин явился с готовым отчетом, в котором оценивались задачи и достижения терапии. Вердикт был смешанным: в некоторых областях ему удалось сохранить изменения, в других он отступил назад. Во-первых, сообщил он мне, у Филис все хорошо: ее страх выходить из дома значительно уменьшился. Она участвовала в женской терапевтической группе и работала над своим страхом социальных контактов. Возможно, самым потрясающим было ее решение



конструктивно бороться со своим смущением по поводу отсутствия образования - она записалась в колледж на несколько курсов для пожилых людей.

А что же Марвин? У него больше не было мигреней. Его колебания настроения сохранились, но были умеренными. Периодически у него случались эпизоды импотенции, но он не так беспокоился об этом, как раньше. Он изменил свое мнение об отставке и теперь работал неполный день, но поменял сферу деятельности на более интересную для себя. У них с Филис по-прежнему очень хорошие отношения, но иногда он чувствовал себя заброшенным из-за ее новой деятельности.

А что мой старый друг, сновидец? Что с ним стало? Было ли у него сообщение для меня? Ночные кошмары у Марвина больше не повторялись, но в ночь накануне нашей встречи он увидел короткий и очень загадочный сон. Казалось, сон пытается ему что-то сказать. Возможно, предположил он, я смогу понять его.

Моя жена передо мной. Она раздета и стоит, расставив ноги. Я смотрю вдаль через треугольник, образованный ее ногами. Но все, что мне удастся увидеть, далеко-далеко, у самого горизонта, - это лицо моей матери.

Последнее послание сновидца:

"Мое зрение ограничено женщинами, существующими в моей жизни и в моем воображении. Тем не менее, я все еще могу видеть на большом расстоянии. Возможно, этого достаточно".

[Город Творцов](#)

## Заметки

### [Город Творцов]

Более детальное обсуждение этого экзистенциального подхода и основанных на нем теоретических и практических положений психотерапии см. в моей книге: *Existential Psychotherapy* (N.Y., Basic books, 1980).

## [Город Творцов]

В русском языке это значение слова "решить" сохранилось в уголовном жаргоне ("порешить"). - Прим. перев.

## [Город Творцов]

Речь идет об одном из авторов нашей серии - выдающемся американском психологе и психотерапевте, классике экзистенциально-гуманистической психологии (см. Ролло Мэй "Искусство психологического консультирования", М.: "Независимая фирма "Класс", 1994). - Прим. ред.

## [Город Творцов]

Эти различные точки зрения были затем опубликованы в книге "С каждым днем все ближе: терапия, рассказанная дважды" (New York: Basic Books, 1974).

[Город Творцов]

Вуайеризм - страсть к подглядыванию. - Прим. ред.

[**Город Творцов**]

Voibeireden (нем.) - говорить, перебивая (не слушая) друга.  
- Прим. ред.