

выпуск 110

библиотека
психологии
и психотерапии



КЛАСС
НЕЗАВИСИМАЯ
фирма

Екатерина Михайлова

Пустяки психологии

Пристрастные записки Феи-крестной

Москва
Независимая фирма «Класс»
2004

УДК 316.851

ББК 53.57

М 94

Михайлова Е.Л.

М 94 Пустяки психологии. Пристрастные записки Феи-крестной. — М.: Независимая фирма “Класс”, 2004. — 224 с. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 1110).

ISBN 5-86375-053-7

Эта книга относится к редкому жанру популярной психологической литературы, не предлагающей готовых рецептов. Более того, ставящей под сомнение саму их возможность.

Автор, психолог-практик с многолетним и весьма разнообразным опытом работы, выступает здесь как пронизательный наблюдатель, ироничный аналитик и остроумный собеседник. Предмет же анализа — проза жизни: частной, общественной и даже профессиональной.

Книга адресована широкому кругу читателей: коллеги, студенты и те, с кем автор встречается на своих тренингах и консультациях, составляют лишь малую его часть. По большей же части она обращается ко всем, кто готов с любопытством и немного по-новому взглянуть на собственную “прозу жизни” — или хотел бы этому научиться.

Главный редактор и издатель серии Л.М. Кроль
Научный консультант серии Е.Л. Михайлова

ISBN 5-86375-053-7

© 2004 Е.Л. Михайлова

© 2004 Независимая фирма “Класс”, издание, оформление

© 2004 Е.А. Кошмина, дизайн обложки

При оформлении обложки использован фрагмент работы Евгении Двоскиной.

Исключительное право публикации на русском языке принадлежит издательству “Независимая фирма “Класс”. Выпуск произведения или его фрагментов без разрешения издательства считается противоправным и преследуется по закону.

www.psybooks.ru

Купи книгу “У КРОЛЯ”

ЛЕГКИЕ ШАГИ ИРОНИИ

Драматург Александр Володин писал в “Оптимистических записках”, что всегда будет смотреть на искусство с одной точки зрения: оно помогает жить. И только: “Остальные его функции, включая критику пороков и недостатков общественной жизни, для меня имеют смысл только рядом с этой главной целью: помогать жить”.

О назначении практической психологии я сказала бы теми же словами: “помогать жить”. Правда, искусство делает эту работу все равно лучше и для гораздо большего числа людей, чем специально “назначенные” профессионалы, но у него тысячелетний опыт и почти безграничные возможности. А “помогающие профессии” молоды, имеют в своем распоряжении лишь столетнюю традицию и преданных, но далеко не всемогущих специалистов.

Да и место науки психологии какое-то непонятное: чем она, собственно, занимается, никто знать не знает, а потому доверия особого не видно. Тем не менее, работы нам хватает с лихвой: куда ни глянь, всем трудно. Организациям, “контингентам”, сообществам. И не очень заметному на их фоне частному человеку. Ему-то труднее всех, поскольку в этом своем частном качестве он никакого интереса для организаций и сообществ не представляет, кто бы он ни был.

Легко ли быть молодым? А немолодым? Бедным? Богатым? Женщиной или мужчиной? Начальником или, может, подчиненным? Есть ли кто-то, кому легко? Ответ: нет. Нелегко по-своему всем. Жизнь трудна. Даже удавшаяся, состоявшаяся жизнь — и, между

прочим, никто не обещал обратного. И именно поэтому так важно говорить о ней без надрыва и с улыбкой, — хотя бы иногда.

Уж очень много нас всех предупреждают о последствиях, призывают к ответственности, ставят в известность и благодарят за внимание. Еще нам дают рекомендации, делегируют полномочия, гарантируют результаты и сообщают о принятых мерах. Как правило, все это ничего не значит. Совсем. И хотя бы поэтому стоило попробовать говорить с “частным человеком” как-то по-другому — без протокола, свободно, “поверх барьеров”. Легко. Потому что все так трудно...

Вот я и попробовала.

Как сказал Честертон, “жизнь слишком серьезна, чтобы над нею не шутить”.

Часть 1

**“СДЕЛАЙТЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЛИЦО...”**

* * *

Профессионал “обязан разбираться”: если ты садовник, тебя спрашивают, чем укрывать на зиму розы, если педиатр — делать ли прививки, и если да, то какие. Если ты психолог, спросить могут о чем угодно. Вопросы задают две категории людей: клиенты и журналисты.

Клиенты спрашивают о собственной жизни, о которой им определено известно больше твоего. В этом случае твоя работа состоит в том, чтобы помочь человеку задать вопросы — обычно несколько иначе — самому себе, у себя же получить ответы и уж тогда обсудить все это с психологом. Поскольку собственная жизнь — дело интересное, этот диалог не иссякает, развивается, а мы становимся партнерами, такой маленькой исследовательской командой. В разгар работы клиенту обычно уже не так важен тот вопрос, с которым он шел на первую встречу: оказывается, что есть много тем и поважнее.

Вопросы журналистов — совсем другое дело: уж конечно, не о себе и, боюсь, часто вообще ни о ком. К примеру, есть такой “виртуальный читатель” (зритель, слушатель), которому непременно *должно* быть интересно, стоит ли пугаться подростковой сексуальности. Или сойдут ли с ума участники программы “За стеклом”. Или как узнать, не воздействуют ли на тебя гипнозом. Ну и конечно, как стать счастливой — и лучше поскорее. Возможно, все это живо интересуется выпускающего редактора? Как ни парадоксально, суть ответа — в том, чтобы хотя бы для себя изменить вопрос. Потому что поставлен он обычно так, что в лоб на него отвечать не просто трудно, а еще и совершенно незачем.

К счастью, иногда возникает возможность поговорить с так называемым “массовым читателем” напрямую, “без посредников”. Я

точно знаю, что он гораздо умнее и интереснее, чем иногда бывает представление о нем. “Нашего читателя интересуют конкретные рекомендации по правильному воспитанию”. Я точно знаю, что любой нормальный человек немедленно оспорит любую “конкретную рекомендацию” психолога, в глаза не видевшего не только его детей, но, возможно, и вообще никаких. И будет прав. Читатели (чаще читательницы) всего хоть сколько-нибудь “психологического” — это те же самые люди, с которыми я постоянно встречаюсь как с клиентами, участниками тренинговых групп, слушателями учебных курсов. А эти люди отнюдь не лишены а) образования, б) житейской психологической мудрости, в) способности понимать вторые и третьи значения слов, намеки, шуточки и все то, что так украшает разговор понимающих друг друга собеседников. Как только на месте “массы” начинаешь представлять себе лица, — а даже за 25 лет практической работы лица остаются живыми и разными — “вещать”, прикрываясь академической наукой, становится как-то неудобно. Но можно просто поговорить с теми, с кем не довелось встретиться.

ГЛЯНЕЦ В РАССОЛЕ

Писать на тему, сформулированную где-то в недрах иностранного издательского дома — престранное занятие. Что они, собственно, имели в виду, предлагая “психологу такой-то” высказаться на животрепещущую тему “Любовь к хаосу”? Что-то сомнительно, чтобы в виду имелись глубинные особенности загадочной русской души — не тот заказчик. Клиническими наблюдениями тоже не поделишься (причины те же). А для того чтобы написать о беспорядке в дамской сумочке от Феррагамо, психолог, в общем-то, не нужен.

И тем не менее, в этой странной работе для меня был смысл. Все тот же: поговорить с людьми, которые не склонны к чтению психологической литературы, но про себя, родимых, могут иногда что-нибудь узнать не без интереса. Это, во-первых.

А во-вторых, — увлекательно было каждый раз находить, а то и порождать, смысл в темах, казалось бы, напрочь его лишенных. Пустячных. Недоформулированных. Тривиальных. Как говаривала старуха Шапокляк, “назвался шампиньоном — полезай в ридикюль”. Если ты психолог, — а я, кажется, психолог, — то “не такой” темы для тебя просто быть не может. Годы сотрудничества с глянцевыми журналами я вспоминаю с благодарностью: они закалили мою волю и, как ни странно, заставили избавиться от остатков академической спеси. Более того, научные комментарии, как выяснилось, не позволяют “говорить с...” — только “о”. А я ввязывалась в эту авантюру именно для “разговора с...”. Так что начитанную тетеньку-психолога в себе следовало локализовать и обезвредить. В память об этих “упражнениях на рас-

тяжку” оставляю нетронутыми исходные темы. Конечно, можно было и по-другому, — а тогда написалось вот так.

ПОД ДАВЛЕНИЕМ

Заказано было “что-то об эмоциональном шантаже в отношениях близких людей”. Ну, это не сложно — кто же его на себе не испытывал? По просьбе редактора в роли “настоящего психолога” — с умным видом, что называется, — все-таки следовало появиться. Правда, только в самом конце, “для серъезу”.

Эмоциональное давление не всегда легко распознать.

Скорее всего, вы попали в зону его действия, если:

- уступив в очередной раз любимому мужу, маме, подруге, вы подозрительно долго и складно себе объясняете, почему это было единственно возможным решением;
- в момент уступки у вас возникает острое чувство бессилия, иногда вплоть до физической слабости или головной боли;
- во время очередного выяснения отношений “на тему” возникает ощущение, что все это с вами уже было, было, было...
- фантазии о том, как было бы прекрасно ОТКАЗАТЬ и СДЕЛАТЬ ПО-СВОЕМУ, чем-то пугают: то ли вы себе такой не нравитесь, то ли то, чем вас могут “наказать”, уж очень страшно;
- выполнив очередное желание близкого человека, вы в глубине души сердитесь и на себя, и на партнера.

Знакомо? Бывало? Вот об этом и поговорим.

...Антоша — очаровательное создание четырех лет от роду: хо-рош собой, умница, этакое солнечное дитя. Из родителей, долго его ожидавших и страстно желающих быть образцовыми мамой и папой, вьет веревки. Когда что-то его не устраивает, он делает кислую рожицу, брови домиком, губа дрожит... и проникновенно сообщает: “Сейчас буду плакать!” Угадали, чем кончается дело?

Всем нам случалось оказаться в положении Антошиных родителей, хотя порой нашим мучителям бывало далеко не четыре годика. Более того, порой — стыдно признаваться, но что поделаешь, — мы и сами ведем себя “как Антоша”. Все эти “у мамы от тебя уже голова раскалывается”, разнообразные “значит, ты меня не любишь”, трагическое “конечно, у тебя есть дела поважней”, якобы грозные “только попробуй!..”

При этом все мы читали детективы и знаем, что, заплатив шантажисту однажды, человек затягивает петлю на собственной шее. Более того, подтверждает, что ему лучше заплатить, чем... Чем что?

В детективах речь идет обычно о каком-нибудь ужасном факте из прошлого, о постыдном секрете, о разоблачении. Чего же мы боимся, когда небезразличный нам мужчина говорит, что, мол, ты сделай то-то и то-то, и тогда я поверю, что ты действительно относишься ко мне так-то и так-то? Что заставляет нас чувствовать неловкость, когда дочь-подросток, сморщив хорошенький носик, тянет: “А я-то думала, что у меня такие классные родители... а вы...” — и совершенно ясно, что речь идет об очередной поблажке или покупке? Что тянет нас за язык и заставляет оправдываться, когда свекровь начинает телефонный разговор, к примеру, так: “Конечно, я тебя отрываю, ты уже раздражена, и это естественно, но все-таки удели мне три минуты, о большем я не прошу”?

Из нас тянут силы, деньги, время — это понятно. Эти люди почему-то для нас важны — тоже понятно. Но почему мы обреченно лезем в любезно заготовленную для нас ловушку, понимая, что все это будет повторяться, и повторяться “по нарастающей”?

И что же такое о нас знают — а они, конечно, знают! — наши дорогие “шантажисты”, что нам легче “заплатить” и раз, и два, и десять, чем оказаться с этим знанием лицом к лицу? Ведь и речь-то идет о невинных, вполне нормальных ситуациях, не о действительно трагическом “уйдешь — повешусь” и пожизненных муках совести, не об угрозах настроить против бывшего мужа детей, как это тоже, увы, случается...

Но: если во всех этих ситуациях есть что-то общее, то разница между настоящим эмоциональным террором и нашими маленьки-

ми неприятностями будет, так сказать, чисто количественной. Действительно, сделать что-то (пусть под давлением) для слегка избалованного ребенка — это одно, а оставаться всю жизнь с истеричкой-женой, стращающей самоубийством, — это другое. Разные степени давления — разная расплата, но разница, увы, только в “сумме”. Не пора ли провести независимое расследование и попытаться понять, что же нами движет?

Всякое приличное расследование предполагает версии. Вот и мы рассмотрим несколько.

Версия первая. Мы боимся их потерять — фактически или, как с родственниками, в плане отношений. Нам легче наизнанку вернуться, чем представить себе, как за Ним закрывается дверь навсегда, как нас перестают считать классными родителями — и даже как свекровь вешает трубку не попрощавшись, в смертельной обиде. Мы панически не хотим дать повод к тому, чтобы нас можно было отвергнуть. Если это так, то возникает неприятный, но важный вопрос: откуда и когда в нас поселился такой сильный страх быть отвергнутыми? На этот вопрос прямого и элементарного ответа, конечно, не дашь; известно одно: те, кто умеет сказать “нет” дорогим им людям, почему-то боятся быть отвергнутыми меньше.

Версия вторая. Мы разделяем представление о том, что любящая женщина должна быть готова на все, что хорошие родители удовлетворяют все потребности своих чад, а почтительная невестка не обидит “старую беспомощную женщину” невниманием. И если нам предлагается что-то неудобное, неприятное или даже невозможное, это — испытание нашего отношения к тем, кто предложил. В общем, как в эстрадной хохме шестидесятилетней давности, “любишь маму — вымой сортир”. Если следовать этой версии, то возникает свой вопрос: откуда и когда в нас внедрил миф о том, что быть использованной — прямое назначение хорошей матери, возлюбленной, невестки?

И, кстати, откуда взялось это совершенно нереалистическое представление о том, что этой бесконечной, самоотверженной, жертвенной любви (или внимания, или терпения) должно быть так много? Доподлинно известно лишь одно: люди, которые не становятся жертвами эмоционального шантажа, допускают мысль о

том, что они *несовершенны* как любовники, родители или дети. И ничего. (А наши-то партнеры-манипуляторы, обладая острым чутьем, наверное, догадались о том, что мы к себе предъявляем несусветно высокие требования — вот мы и попались).

Версия третья. Мы в глубине души знаем, что мужчина — не сахар, порой нас раздражает дочь и почти всегда — свекровь. За все это мы испытываем чувство вины: “внутренний моралист” говорит нам, что так нельзя. Чем сильнее раздражение, тем сильнее вина. Чем сильнее вина, тем больше хочется что-то сделать, чтобы ее не чувствовать. Например, купить дочери шестую пару кроссовок, занять для Него по знакомым крупную сумму на заведомо бессмысленное предприятие и полчаса говорить со свекровью о том, куда она могла подевать свой запас слабительного в однокомнатной квартире. В конце наших героических усилий уже мы будем иметь все основания для упреков, а наше раздражение станет праведным гневом. И тогда мы его, конечно, подавлять и скрывать не станем! А разрядившись, почувствуем, что переборщили... обидели, задели самолюбие, сорвались. А тут и чувство вины наготове. И, как писали в ремарках театральных пьес в прошлом веке, “та же игра”.

Кстати, вы заметили, что всякого рода половинчатые попытки взбунтоваться и отказать вызывают у наших невольных мучителей какое-то даже удовлетворение? Оно и понятно: больше агрессии — больше вина, а больше вина — растут “проценты”.

И по этой версии возникает свой вопрос: откуда и когда мы взяли нелепейшее убеждение, что сердиться в близких отношениях нельзя, а можно только обижаться, обижаться, а потом “рвануть”, полностью сняв с себя ответственность, потому что “довели”? Между нами говоря, когда мы учимся не попадаться в расставленные сети, мы непременно должны научиться говорить “я на тебя сержусь” вместо “ты меня рассердил”.

Версия четвертая. Нам, грубо говоря, нравится, что они от нас зависят. Нам лестно, что просят именно нас, и хотя, конечно, мы им отказать не можем, но... вообще-то, не будь мы столь великодушны, могли бы! Да, давление ощущается, и иногда это бывает очень неприятно; да, нас используют. Но это парадоксальным образом дает ощущение своей значимости. И мы таем, как

сливочное мороженое в жаркий день, когда Он говорит: “Ну, ты же понимаешь...”, дочка небрежно целует в щечку и убегает на дискотеку в новой юбке немыслимого фасона, а свекровь театрально вздыхает: “Только с тобой и можно разговаривать в этой семье”.

Наверное, когда какого-нибудь героя романа Агаты Кристи впервые посещал шантажист из не совсем благопристойного прошлого, то вместе с ужасом, гневом и бессилием этот сэр Джон все-таки испытывал некоторую странную гордость: бедного и не преуспевающего шантажировать не будут. Вот и мы, которым, в общем-то, нечего скрывать, при попытке оказать на нас нажим этого рода, заодно со всеми неприятными чувствами подтверждаем собственную значимость: как бы то ни было, а мы “богаты” настолько, что наши близкие выбирают в качестве объекта манипуляции нас. И снова вопрос, уже по этой версии: что и когда случилось с нашей самооценкой, что ее приходится укреплять таким дорогостоящим способом?

Вот еще один “сюжет для небольшого рассказа” — такого обычного и такого печального, что хочется оставить его без ремарок, как есть. Рассказывает Оля — милая женщина средних лет; “все хорошо”: семья, работа, здоровье, внешность. Все при ней, как говорится. Ее любят, о ней заботятся, она нужна. Посмотрим, *как* заботятся и *как* нужна — возможно, и в своих ситуациях увидим что-то по-новому.

***“Дочки-матери”:
игра по-крупному
(история, рассказанная Олей)***

“Живу в постоянном напряжении и не представляю, как разорвать этот порочный круг. Мой “злой гений” — собственная мать, хотя в это трудно поверить. С самого детства она внушала мне, что осталась одна ради меня (Возможно, даже веря в то, что говорила). Это сейчас я понимаю, что ее капризный, властный характер и полнейшая неискренность делали невозможными любые серьезные отношения с мужчинами, а тогда...

“Как нам с тобой хорошо, и никто нам не нужен, правда?” “Тебя никто не будет любить так, как мама”, “Все эти подружки только тебя используют, я знаю, как это у девчонок”. И уж она-то знала, что и говорить: тут же всегда следовала какая-нибудь просьба — сделать, достать, убрать, куда-то не поехать или не пойти, чтобы остаться с ней и снова выполнять ее указания.

В девятнадцать лет я уехала учиться, изнывая от чувства вины за то, что “бросаю мать, которая пожертвовала всем”. За этим следовало что-нибудь вроде: “Но я могу и потерпеть, конечно. Иди, развлекайся, я же вижу, что тебе со мной неинтересно”. Сейчас я думаю — Господи, прости! — что в том, как она все-таки меня отпустила, была своя хитрость. Ей не нужна была дочь-сиделка, просто неудачница. Она где-то даже хотела моих успехов, чтобы было что использовать, и готова была немного потерпеть мои порывы, так сказать, к свободе. Она знала, что веревка достаточно длинная, но прочная. И мой первый брак это полностью подтвердил.

То, что это было ошибкой, я поняла довольно быстро. Тут другое важнее: она тоже увидела это мгновенно (вообще в отношении людей и того, на что они пригодны, матушка просто гениальна). Я навсегда запомнила странное выражение лица, с которым она провожала нас с будущим мужем после первого визита к ней. Это было торжество, слегка прикрытое... жалостью, что ли. Она просто чуть не облизывалась! Знаете, что она сказала мне по телефону, когда я позвонила сказать, что жду ребенка? “Ну хорошо, теперь все. Теперь, дорогая, ты поймешь, что почем”. И ох, как я поняла. Муж, как и положено по сценарию, не помогал и погуливал. Матушку, как и предполагалось, пришлось перевезти в Москву — “помогать”. От этой помощи, естественно, все становилось только хуже. Моя душенька твердо решила оставить меня без мужа и в достаточной зависимости от себя, любимой. Ей это удавалось еще восемь лет. Я делала карьеру, и довольно успешно, можно было даже подумать о разъезде.

Что началось! Очаровательные сцены братания — не знаю, можно ли так сказать — с моей дочкой (“Ты же не лишишь ребенка бабушки?”), звонки моему начальнику (“Простите за беспокойство, я так за нее волнуюсь!”), ля-ля-ля с соседями (“Как это можно — переехать из такого чудесного дома, от приличных людей”), и черт знает что еще.

В это время появился Володя, который и стал через полтора года моим вторым мужем. Как бы ни сложилась наша жизнь дальше, я буду по гроб ему благодарна за то, что он меня от нее буквально спас. Попросту переиграл: очаровал, усыпил бдительность, вывел в свет и — из игры. Мне объяснил, что к чему, за что ему отдельное спасибо. Мы с Дашкой переехали к нему, и ни одной истерики, ни одного сердечного приступа у матушки! Вроде все неплохо, но когда вечером звонит телефон, я вздрагиваю, потому что эта женщина не может смириться с поражением. Что она выкинет на этот раз, не знаю. К своему ужасу, вижу некоторые черты того же сорта у дочери. Неужели надо было сбежать из дома в пятнадцать лет и не оставить адреса?”

“Расследование продолжается, версии отрабатываются”, как пишут все в тех же детективах. Олина мама вряд ли изменится — измениться может только Олино отношение к ситуации, мера ее внутренней зависимости. И если эта умная и во многих отношениях вполне взрослая женщина увидит в матери не всесильного демона, а всего лишь человека, не умеющего строить отношения по-другому... Если собственное бессилие перестанет вызывать столь сильное чувство обиды, доходящей почти до ненависти... Если хватит сил признать, что “для танго нужны двое”, и увидеть, как собственное — вроде бы самостоятельное, на первый взгляд взрослое — поведение *помогает* маме продолжать играть в ее любимые игры... Вот тогда, может быть, Оля перестанет вздрагивать от каждого звонка и даже — чем черт не шутит! — сможет оценить актерское мастерство, изобретательность и жизненную энергию своей матушки. Только не как жертва — жертве не до аплодисментов, — а как зритель, “почитатель таланта”. Муж Володи, между прочим, этим и взял. (Ему, конечно, проще — это

все-таки не его мать; ему не мешают детские воспоминания о тех временах, когда мама действительно самый главный человек в жизни каждого из нас.)

Что же до очаровательного Антоши... Очень хотелось бы, чтобы этот “ангелочек” вовремя встретил в своей счастливой детской жизни кого-нибудь, от кого все-таки слышал бы время от времени твердое “нет”. Произнесенное без нарочитой строгости, с любовью и, возможно, юмором.

Это очень важно — знать, что любящие тебя люди могут не испугаться твоего “сейчас буду плакать”, что их любовь больше простого исполнения всякой прихоти, что с ними можно ссориться и мириться. Что ты не всемогущ, в конце концов, — потому что гораздо лучше узнать об этом в возрасте Антоши, чем в возрасте Олиной мамы.

Комментарий “настоящего психолога”

К эмоциональному “рзкету” чаще всего прибегают люди зависимые: дети, неработающие жены, стареющие родители... То есть те, кто лишен прямых “рычагов управления” партнером. Даже если это не так, применение подобных приемов всегда говорит о борьбе за власть, за контроль, — а не только за получение желаемого подарка, уступки. Очень часто оказывается, что у “шантажиста” почти или совершенно нет, что называется, своей жизни, самостоятельных интересов (любопытно, что склонные к такому поведению дети мало и неохотно играют сами). Ощущая *зависимость* единственной формой эмоциональной близости, они как бы “подтягивают” партнера поближе, пытаются ее или его контролировать и обычно не замечая, что партнер от этого задыхается. Таковы ревнивые мужья и жены, чрезмерно заботливые матери взрослых детей, не дающие им шагу ступить и хватающиеся за сердце при пятнадцатиминутном опоздании...

В огромном большинстве случаев все это происходит не вполне сознательно, — хотя бывает и такое беззастенчивое использование близких. Но чаще эмоциональное давление такого рода усваивается с детства как некая само собой разумеющаяся семейная “игра”, скажем, между папой и мамой или мамой и бабушкой. Именно поэтому упреки в некорректности абсолютно

неэффективны — скорее всего, ответом будет “Ах, так ты меня еще и обвиняешь!”. Люди, склонные к эмоциональному шантажу, мучительно боятся ответственности и независимости, поэтому им важно верить в то, что их “заставляют” так себя вести.

За уязвимостью перед этими формами давления чаще всего стоит глубоко укоренившееся чувство вины, собственная неуверенность, страх оказаться “плохим” родителем, мужем, сыном или дочерью. Если вы поняли, что в ваших отношениях с кем-то из близких происходит именно это, что вами манипулируют, попробуйте вспомнить, *когда и за что* вы обычно “платите”. С этой областью уязвимости как раз и стоит работать.

Может быть, вам слишком хочется быть идеальной (мамой, женой, дочерью)? Это неиссякаемый источник чувства вины, а оно для эмоционального шантажа — хлеб насущный. Помните, что манипулятор такого рода обычно в глубине души не очень счастлив и уверен в себе. И если “это” делает действительно любимый вами человек, стоит подумать о том, как помочь ему (ей) самоутвердиться более здоровым способом. Если вас крепко замучили и выхода не видно, не стесняйтесь обращаться за помощью к профессионалам: семейное консультирование и психотерапия на то и существуют.

Если же вы сами частенько ловите себя на фразах типа “Если ты не... то я...” и, предположим, даже получаете желаемый эффект, задайте себе простой вопрос: “Чего я *на самом деле* боюсь и не умею прямо попросить у этого человека?”. Готова поспорить, это не убранные на место игрушки и не своевременное возвращение домой...

СКОЛЬ ВЕРЕВОЧКЕ НИ ВИТЬСЯ

На этот раз тема была сногшибательная: “Все открылось”(?!). Как знаешь, так и понимай. Ну, ладно, все так все.

Всякий знает, что тайны притягивают: во все времена дети — зеркало рода людского — обожали истории с загадочными незнаком-

цами, самодельные шифры и секреты вообще, как свои, так и чужие. Рассказы о двойной жизни шпионов или авантюристов завораживают подросших читателей не меньше. Даже в массовом интересе к рухнувшим в одночасье репутациям знаменитостей рядом с довольно-таки гаденьким мстительным удовольствием все же находится место и для удивления, почти восхищения: ведь кто-то рисковал, скрывался от бдительного ока публики и прессы, многое поставил на карту... Занятно, что самый жгучий интерес к подобным сенсациям испытывают те, кто никогда и нипочем двойной жизни вести не будет. Представляют ли они себя праведным "охотником" или грешной "добычей"? Возможно, и тем, и другим.

Как бы то ни было, читатель знает правила игры: таинственный незнакомец окажется графом в изгнании, разведчик, — если он "наш", — вернется с задания, журналист проведет независимое расследование туманных обстоятельств в прошлом Очень Важной Персоны... Ибо двойная жизнь непременно должна закончиться, а тайна — быть разгадана. Иначе неинтересно.

Как и мелодрамы, триллеры и детективы, истории раскрытых секретов куда милее нам на бумаге, чем в жизни. В любой момент можно закрыть — и забыть — книжку в яркой обложке. Тайное, ставшее явным, в реальности создает столько проблем, что подумать страшно. Решать же их все равно приходится: "химическая реакция" раскрытия тайны необратима, и уже ничто не вернет неведения прозревшему мужу-рогоносцу или узнавшему о своем усыновлении подростку. Цена секрета, особенно долго хранимого, может оказаться для всех, кого это близко затрагивает, невероятно высокой. Мы все это знаем. Нас всех воспитывали на назидательных историях о том, как "тайное становится явным". Но почти каждый может вспомнить те минуты, — ну хорошо, секунды! — когда желание что-то в своей жизни скрыть, сделать секретом становилось настоящим искушением...

История о том, как низко пала умная Лера

Моя знакомая, сдержанная и элегантная женщина бальзаковских лет, имеет тайную слабость. Это дамские романы: на двух страницах героиня одевается для решающего свидания, чтобы еще

через три все это с себя снять, любовная сцена “с подробностями”, шесть страниц выяснения отношений, “он ее не понимает” и так далее до неперемного хорошего конца (в смысле, счастливого финала).

Лера покупает их почти каждый день, причем всегда карманного формата. Угадали, почему? Она не берет их домой. Ей стыдно даже представить себе лица своих умных, ироничных взрослых детей и умного же, ироничного мужа. Глотает “сладкую отраву”, как она ее называет, по дороге и, дочитав, аккуратно кладет на край мусорного контейнера. Подберет какой-нибудь пьяница, девочка-подросток или тетечка из соседнего подъезда — та, которой, возможно, и в голову не придет, что *чтения* можно стесняться и скрывать от семьи.

Эта вполне невинная история занята тем, что в ней, как в осколке зеркала, отражается самый первый шаг к появлению любой тайной жизни: “это” нельзя показывать кому-то определенному, потому что... Почему, в самом деле? Лера полушутливо говорит: “Чтобы они узнали, как низко я пала? Ни за что!” Другими словами, в ее сложившийся дома образ никак не вписывается чтение взхлеб сентиментальной белиберды. Она должна быть выше этого. А она, оказывается, не выше... Другая бы пожалала плечами и, несмотря на ухмылки умных деток, залегла бы себе в ванну с книжкой, еще бы и добавила через дверь, что ей тоже не все нравится из любимой ими музыки. Но то — другая.

Пустяк, в сущности. Однако многие истории про то, как впоследствии открылась настоящая тайна, перевернув жизнь нескольких людей, начинаются по той же схеме: у человека есть некая неудовлетворенная потребность или черта характера, а в привычном окружении ей нет места. В этих “настоящих” случаях, как и в лерином, вначале есть разные возможности. Можно, например, воевать за право быть такой, какая ты есть. Можно подавить потребность “на корню” и гордо пройти мимо заманчивого книжного лотка — к словарям и справочникам. Можно воспитывать свое окружение, вырабатывая терпимость и отвечая тем же. Лера выбрала компромисс — и сохранить образ интеллектуалки, и хлебнуть романтического “сиропчика”. И не хотелось бы удариться в банальности типа “ложь порождает ложь”, но...

Когда она со знанием дела перебирает всякие “Роковые поцелуи” и “Трозовые объятия”, в ее движениях есть что-то вороватое, совсем чуть-чуть. А случайно столкнувшись в такой момент с коллегой с кафедры, где преподает, начинает что-то рассказывать про подарок для свекрови...

Улики и ловушки

Каждому, в общем-то, есть что скрывать. Все мы время от времени совершаем глупости, ошибки и тому подобное. Иногда думаем о них со стыдом и раскаянием, иногда — с тайным торжеством, а чаще стараемся не думать совсем. Дело прошлое.

Но если то, что мы скрываем, становится частью нашей жизни, не думать уже невозможно: приходится опасаться разоблачения, разрабатывать “легенду”, по несколько раз на дню отгонять мысль о том, что будет, если все откроется...

Жена, втайне от мужа посещающая курсы магии: “Да что вы, он всего этого терпеть не может — мне, говорит, ведьма в доме не нужна. Теперь уже сказать нельзя: я же его почти год морочу. Вот диплом получу, спрячу, а до тех пор уж как-нибудь...”

Мальчик, втайне от родителей пропускающий школу: “Не знаю, как сказать. Вроде уже все, решился. А потом как-то... это... по фигу все делается: ну, разом больше, разом меньше. Да все равно это все накроется, ясно же. Даже иногда хочется, чтобы они догадались. Сами, короче”. Муж — о жене: “Мне кажется, она все знает. Но пока молчит, можно делать вид, что ничего нет. И я молчу. Тяжело. Ну, накричала бы, по морде бы дала, что ли! А то ходишь дома, как Штирлиц”.

Криминологи пишут, что даже преступники, меняя имена, часто оставляют несколько букв от настоящего: видимо, совсем “разделиться” человеку все же трудно. И ведущие двойную жизнь, чьи голоса вы слышали, почти напрямую говорят, что сами хотели бы “попасться”, быть разоблаченными и — пусть со скандалом и даже мордобоем — свести вместе свои несовместимые жизни. Но им настолько тяжело сделать это самим, лицом к лицу с важными для них людьми, что ситуация затягивается... и столько

возможностей сказать себе, что все обойдется... как-нибудь... или прекратится... само...

Развязка: как веревочка ни вейся...

А тем временем потребность снова стать *одним* человеком похитрому подбрасывает “другой стороне” намеки. В самом ли деле разоблаченные забывают об осторожности? Семейные психологи, например, считают, что зачастую улики измен — это своеобразные послания мужу или жене о том, что “в нашем браке не все в порядке”.

...Лена была уверена в прочности своей семьи. Все уходили-приходили, когда кому нужно, и никаких “где-ты-была”. Росли дети. Было много работы. Володя часто ездил в командировки, и его дорожная сумка могла порой неделю простоять в прихожей, — пока у Лены руки дойдут разобрать. В тот раз она обратила внимание на красочную упаковку презервативов, валяющуюся прямо сверху — и не имеющую к ней, Лене, ни малейшего отношения. “Так...” — подумала она. О, я знаю немало женщин, которые тут же, немедленно, устроили бы такое! Но не Лена.

На третий день (!) она зашла к мужу в кабинет со словами: “Кажется, нам есть о чем поговорить. Ты хотел мне что-то сообщить — вот этим способом. Видимо, ты ждешь вопросов — считай, что я их задала”.

И тут ей пришлось услышать много неожиданного о том, как мужу Володе холодно и неуютно в их правильном доме, как ему не хватает простых человеческих чувств — да, и ревности тоже! А Лене было что сказать о том, как чувствует себя тридцатилетняя женщина, мужа которой вечно нет дома...

Короче, они не стали сосредоточиваться на том, где, что и с кем. Они говорили о своих отношениях. И, к счастью, говорят о них до сих пор.

Ящик с секретом

Вот история, рассказанная мне очаровательной пожилой дамой: “Вышла я замуж первый раз совсем молоденькой, а он был мужчиной сильно за тридцать. Как говорится, с прошлым — и такой

интересный. Ну, тогда он мне казался очень солидным, я на него смотрела снизу вверх. Что вы хотите — девчонка. И вот смотрю — правый ящик его письменного стола всегда заперт. Я раз, другой дергаю — нет, заперто, и все тут. Чего я только не передумала!

Письма от любовниц — это еще цветочки, а если оружие? Драгоценности ворованные? Может, он вообще шпион какой-нибудь? Прямо покоя мне этот ящик не дает!

Ну, конечно, ключик я подобрала... Знаете, душенька, что там оказалось? Его анализы мочи лет за десять, все по порядку. И еще какая-то гадость — кровь на сахар, что ли. Боже, с кем я жила!" — и моя собеседница в комическом ужасе воздевает руки. Совершенно ясно, что она бы предпочла найти письма от любовниц!

...И в самом деле, все ли мы хотим знать о своих близких?

Комментарий "настоящего психолога"

Когда "всё открылось", в шоке все: и тот, кто хранил в тайне часть своей жизни, и узнавшие правду.

Как ни парадоксально, разоблаченные часто испытывают не только чувства вины, стыда, злости, но и не совсем понятное постороннему облегчение. Во-первых, существовать в двух разных "мирах" — дело нелегкое и создает напряжение и тревогу, а во-вторых, многие из живущих такой жизнью все равно уверены, что рано или поздно все откроется... Как ребенок, съевший без спросу коробку конфет из семейных запасов, знает, что однажды эта пустая коробка будет ему предъявлена.

Тем не менее бывают дни, когда он о ней и не вспоминает — не испытывает ни страха, ни вины, словно вытесняет из сознания и само событие, и сопутствующие ему чувства. Перед лицом неопровержимых улик он может расплакаться, обозлиться или продолжать говорить: "Не знаю, кто", — почти веря в это. Часто механизм уму непостижимой "бессовестности" взрослых похож на этот: импульсивный поступок, желание его скрыть — до какой-то степени и от себя — и создание барьера в сознании между явной и тайной своими сторонами.

Вообще-то потребность в “другой жизни” есть у всех: разве не фантазируем мы время от времени на тему “А что, если...” Как правило, фантазий нам достаточно, но они означают, что какие-то наши потребности то и дело остаются неудовлетворенными... Нас мало хвалят дома или на работе — и почва для романа с глупеньким, но обожающим нас существом готова; нам не хватает внимания и интереса к свои делам — и мы готовы попасть под влияние того, кто это даст... Будьте внимательны к своим фантазиям: они могут подсказать область “дефицита” до того, как появится случайная и, в общем-то, совершенно лишняя в вашей жизни фигура, которая принесет осложнений больше, чем радостей. А если такое уже случилось, это серьезный повод подумать, чему в вашей обычной жизни не нашлось места и как бы можно было это место завоевать. Возможно, нужны реальные изменения вашего положения в окружении — ведь секреты чаще всего бывают у того, кто чего-то боится: разочаровать, “не соответствовать”...

В каждой истории разоблачения обязательно есть кто-нибудь недальновидный: жена изменяющего ей направо и налево мужа, мать потихоньку спивающегося сына, дети, свято верящие в то, что “отец не мог этого сделать”. Их стандарты оказываются для “грешника” чрезмерно высокими, а страх разочаровать или оттолкнуть ведет к созданию параллельной жизни, иногда — мрачной и действительно отталкивающей, а иногда — по-человечески понятной.

И если вы узнали о близком человеке что-то, повергшее вас в шок, подумайте об источнике своей слепоты. Не навязывали ли вы другой стороне слишком высоких ожиданий — таких, какие “не потянуть”? То, что от вас что-то скрывали, чаще всего означает, что вы и ваша оценка очень важны, значимы. Возможно, даже слишком — как важны, скажем, родители для маленького сластены, слопавшего конфеты. Всегда правые, могущественные... так и тянет нашкодить, замести следы и убедиться в том, что хотя бы не всевидящие!

Вместо самого распространенного в этих ситуациях риторического вопроса: “Как ты мог?!” — ждут своего решения другие: “Что означает случившееся? Как мы вместе создали эту ситуацию и можно ли с ней что-то сделать?”

Случается, что разоблачение и следующая за ним буря очищают и оздоравливают отношения — в том случае, когда кризис и шок воспринимаются как серьезный повод подумать и разобраться, а не только пострадать. Готовы ли мы к такому повороту событий?

ЛИЧНОЕ УРАВНЕНИЕ РИСКА

Требовали “Секрет успеха” — приз за оригинальность. В ходе переговоров сталкивались на разных аспектах склонности к риску. От пошлости про шампанское, кажется, удалось удержаться.

Один милейший человек, философ по натуре и швейцарец по паспорту, как-то раз сказал: “О, мы здесь такие вежливые, закрытые — чтобы узнать человека, нужно обязательно увидеть, как он водит машину и играет в игры”. — “Почему именно это, Карл?” — “Рисковать понарошку невозможно, и ты, наконец, видишь его настоящее лицо”.

Молодой и бородатый Высоцкий в фильме “Вертикаль” в свое время пел: “Кто здесь не бывал, кто не рисковал, тот сам себя не испытал, пусть даже внизу он звезды хватал с небес...”. Получается, что лезть на недоступную гору, лихо водить машину или азартно резаться в карты — это своего рода эксперименты по испытанию себя: человек по своей воле создает ситуацию “пан или пропал” и доказывает себе и окружающим, что, конечно, “пан”! Некоторые, правда, все-таки пропадают, — но ведь именно поэтому рискованные занятия так привлекательны для остальных...

Эти своеобразные “инъекции” риска в массу свойственны подросткам всех времен и народов — именно они чаще других лезут туда, куда разумный человек не сунется, нарушают правила ради возбуждения и азарта, обожают непобедимых киногероев, рискующих головой на каждом шагу. Конечно, больше это характерно для мальчишек — в каждом из них (и, разумеется, в большинстве взрослых мужчин) сидит этакий молодой воин племени масаев, который не будет принят старшими на равных, пока не подкрадется к спящему льву и не дернет того за кисточку на

хвосте. (Разумеется, надо еще хорошо представлять себе последствия и уметь с ними справляться...)

Великие завоевания и географические открытия, головокружительные карьеры и баснословные состояния — в самом начале всего этого лежала чья-то готовность рискнуть. Расположением королевы или собственной короной, научной репутацией или просто большими деньгами... Мы гораздо меньше знаем о других, тех, кто, сделав крупную ставку, проиграл, подтвердив расхожую житейскую мудрость насчет “не высовываться”. Да, готовности рисковать недостаточно. Но даже самые современные исследования биографий успешных людей — как мужчин, так и женщин, — говорят о том, что в “составе” успешности обязательно обнаруживается умение рисковать. Как?

Три лица здорового риска

Первое: для того рода риска, который ведет к успеху, недостаточно простого куража, возбуждения от опасности и неизвестности. Нужен сильный и устойчивый мотив, что-то покрупнее желания всем “доказать и показать”. Шлиман верил в свою Трои, да и остальные “победители” сохраняли уверенность в себе и своем деле даже тогда, когда все было против них. Под градом насмешек, например. Как ни парадоксально, кроме смелости первого шага всем им понадобилось терпение, много терпения.

Второе: почти все люди, достигшие настоящего успеха, сообщали, что в какой-то момент они почти забывали о “выигрыше”, их увлекал сам процесс. Поиск научной истины или выведение редкого сорта роз, создание финансовой империи или воспитание детей по нетрадиционной системе — дела могли быть разными, но всем им было интересно и важно то, что они делали. Публику впечатляет только конечный результат, творец своего успеха может самозабвенно биться над схемой, фразой, анализом шахматной партии. Всех их привлекало новое, всем было свойственно любопытство.

Третье. Они знавали горький вкус неудачи, поражения. И сумели с этим жить, не отказавшись от попыток снова “подергать льва за хвост”. По самым разным причинам для всех этих людей “выиг-

рать” было важнее, чем просто “не проиграть”, а потери пугали не до такой степени, чтобы выйти из игры. Из неудач они извлекали не страх, а опыт. Рисковавших вслепую, по неведению, среди них практически не было.

Спускаясь на грешную землю...

Давайте посмотрим на жизнь обычного человека, в которой, казалось бы, ничего рискованного и нет. Это на первый взгляд. На второй становится понятно, что жить и не рисковать просто невозможно. Все мы делаем это постоянно — двигаясь или оставаясь на месте, даря свою любовь и привязанность другому человеческому существу, делая каждый выбор. Да что там, каждый рожденный и выращенный ребенок — живая память об отваге и терпении своей мамы. Любое решение, которое мы принимаем, освящено дальним, отраженным светом рискованных экспедиций к неизвестным берегам. И порой оставаться на месте и просто хорошо делать то, что делаешь, — не меньший риск, чем самая безумная авантюра. А порой жизнь не дает нам даже времени подумать, стоит ли на что-то решаться, — и многие из нас оказываются сильнее, чем сами думали.

...Жила-была женщина Нина — маленькая, рыженькая сорокалетняя мама четверых детей в возрасте от пяти до двадцати. Когда-то они с мужем были друзьями и партнерами во всем, ходили на байдарках и разговаривали обо всем на свете. Потом у нее прибавилось забот с детьми, а у него пошли дела в гору. И осталась маленькая женщина Нина одна со своим выводком, умудрившись еще и расстаться по-хорошему, поблагодарить за прошлую жизнь, любовь и оставленную ей с детьми квартиру.

Будучи с одним мужчиной с девятнадцати лет и оказавшись в абсолютно новой для себя ситуации, Нина совершила три поступка, которые кажутся мне верхом житейской сметки и воли к жизни.

Первое — она ввела в своем доме практику дежурств по хозяйству, разделила все дела по силам и возможностям — “А то мы все запутаемся, грязью зарастем и начнем друг друга раздражать”. Второе — она договорилась с “бывшим”, когда и в каком

порядке дети будут его навещать. И третье — стала искать не просто работу, а новое образование с новыми возможностями. Потому что кое-как жить можно было бы и на алименты, а она решила начать действительно новую жизнь, завести новые цели и их добиваться. И ведь добьется, — поскольку, видя неминуемое крушение своего уклада жизни, она сразу озаботилась условиями построения нового.

Я спросила Нину, когда она в своей жизни рисковала. Ответ был мгновенным: “Первые два родились еще в благополучии, как будто мы вместе навсегда. Вторые два — уже был риск. Я знала, что могу и не успеть их вырастить в браке и что детьми привязать нельзя, чушь это все. Так что семь лет в зоне риска. А проиграла я или выиграла в результате — это пока неясно. Еще не вечер”.

А вот и другая женщина — пожилая дама, считающая себя до крайности консервативной и совершенно не склонной к рискованным поступкам. Двадцать пять лет на одной работе, двадцать семь — в одном браке, еще двадцать — вдовой. Серьезная, достойная жизнь, никаких “все бросить и начать сначала”. Все в прошлом? Как бы не так! Эта основательная и положительная пожилая леди, представьте себе, впервые села за руль в пятьдесят лет, надела свои первые джинсы в шестьдесят, освоила компьютер в семьдесят, а первый в своей жизни пирог испекла в семьдесят два. С луком и яйцом, очень даже вкусный — попробовала. Она говорит: “Мне просто нравится делать то, чего я еще не умею”.

Вам никогда не хотелось попробовать делать то, чего вы еще не умеете?

Разные люди отвечают на вопрос “Когда Вы в последний раз по-настоящему рисковали?”

— Когда поверил в долг однокласснику, с которым лет десять не общался.

— Долг вернули?

— Пока нет. Все равно не жалею.

— Когда замуж выходила. И знакомы были долго, а все едино как в омут головой. Все же совсем не так оказывается...

— Когда, когда... Да каждый день я рискую, и не знаешь, с какой стороны ждать!

— Простите, а чего ждать?

— Чего, чего... Так неизвестно же, чего!

— Я вам что — граф Монте-Кристо? Рисковать не следует ни при каких обстоятельствах. Ни при каких!

— А это возможно?

— Надо стремиться!

— Деточка, так ведь сейчас такая жизнь — выйдешь на улицу, вот уже и риск. Стреляют, взрывают, полнейшее безобразие творится.

— С вами это уже бывало?

— Нет, чтоб стреляли — это, врать не буду, не было. Но вот сосулька зимой упала просто в миллиметре. Такая, знаете, глыбища...

Комментарий “настоящего психолога”

Все знают, что одни люди любят риск, а другие нет. (Мы, конечно, не говорим сейчас о бессмысленном, разрушительном риске, который сродни наркотической зависимости.) Довольно часто оказывается, что первые любят не столько риск как таковой, сколько вызов, самоутверждение через борьбу и, как результат, ощущение контроля над своей — а иногда и не только своей — жизнью. Им мучительно бывает “ждать у моря погоды”, и они пускаются в плавание при встречном ветре, при неблагоприятном прогнозе — на свой страх и *риск*. При всей решительности и инициативности, они не всегда знают, что делать с результатами своей победы и часто нуждаются в “разработчике” — не столь решительном, но зато готовом к ежедневному труду, к терпеливому и прозаичному усилию. В свою очередь, люди осторожные и опасующиеся любых резких перемен приходят к унынию и ощущению безнадежности, если время от времени среди них не появляется кто-то, кто своим поведением говорит: успех возможен, абсолютных гарантий нет ни у кого, давайте попробуем...

В своих лучших проявлениях легкие на подъем “рисковые” люди и те, кто должен “семь раз отмерить”, друг другу нужны и полез-

ны везде — в семье, в организациях, в командах любого свойства. Хотя им на роду написано все время спорить...

У Булата Окуджавы в одном стихотворении есть строчки: “Намереваюсь!” — кричит тот Кузнечик, — “Может ли быть?” — отвечает Сверчок”. Этот спор, видимо, вечен, а Кузнечик и Сверчок есть в каждом из нас.

Вы и риск просто созданы друг для друга, если:

- затевая что-то новое — хоть ремонт с перепланировкой, хоть радикальное изменение собственной внешности, хоть поиск фантастической работы, — вы испытываете радостное возбуждение;
- попытки отговорить вас, пугая возможным неуспехом (крахом, позором, выброшенными псу под хвост деньгами и т.д.), вас не подхлестывают, но и не расхолаживают: вы просто учитываете эти мнения наряду с прочими и слушаете внимательно на случай наличия в них рационального зерна;
- в моменты трудностей, неудач, дефицита времени для принятия решений вы собираетесь, а не раскисаете (может быть, много позже сами не понимаете, как это вам удавалось, когда все было так плохо);
- когда успех еще не гарантирован, страшные картины того, “как ничего не получится”, бессильны, а образы успеха — конкретные, в деталях, со звуками, запахами и цветами — легко вызываются и поддерживают вашу решимость;
- когда случается проиграть, вы не даете себе обещаний типа “да чтобы я еще когда-нибудь...” и не пытаетесь все забыть, как досадную случайность, а немедленно приступаете к “разбору полетов”;
- вам нравится волноваться — без этого жизнь неполна — и нравится быть участником, а не наблюдателем (в противном случае разумнее ограничиться триллерами или, на худой конец, болеть за команду, которая время от времени выигрывает).

НЕ НАМИ ЗАВЕДЕНО, НЕ НАМИ И КОНЧИТСЯ

Чтобы понять, что имелось в виду под темой “Традиционная и современная семья”, следовало выяснить паспортные данные заказчика: ему 30 или 70? Да, но читатель-то не при чем — живет здесь и сейчас.

Традиционная семья — что это? Где хранится ее “платиновый эталон”? Что считать традицией, а что — ее нарушением? Давайте попробуем разобраться тихо и вдумчиво, ведь вопрос не так прост, как кажется.

Начнем с того, что *традиционная* семья сегодня для нас с вами — это не “преданья старины глубокой”, не наши фантазии о том, как люди жили, допустим, в начале века. Мы знаем об этом слишком мало и понаслышке, больше имеем дело со своими собственными фантазиями да художественным вымыслом писателей. Для нас, живущих уже на рубеже веков, “традиционная” — это семья наших родителей, наших бабушек и дедушек. То есть та, которую мы лично видели и, так сказать, испытали на себе. По большому счету, это наш единственный *реальный* опыт: то, что мы унаследовали как норму, образ жизни двух предыдущих поколений. Так что же это за традиция? Давайте начнем с самого очевидного.

Во-первых, чаще всего это семьи с не таким уж большим количеством детей, особенно у горожан. Какое семейное “дерево” ни возьми, почти все они как бы сужаются к ныне живущим поколениям — в России, разумеется. Двое-трое детей — вот норма, так уж сложилось. Причины этого нам более или менее ясны, а вот о последствиях мы обычно как-то не задумываемся, правда?

Одно из них — увеличение груза родительских ожиданий, разделенных не на пять-семь, а на одного-двух “наследников”. Когда я училась в младших классах школы, наш директор, мужичок хитрый, уже тогда весьма пожилой и склонный пофилософствовать, ругал пап-мам на родительском собрании: “Вы из одного ребенка хотите сделать трех: чтобы и фигурное катание, и теннис, и музыка, и не знаю что. Родите троих и экспериментируйте, один же у вас столько не потянет!” Насколько я могу судить,

никто совету не последовал, сочтя его экстравагантностью старичка, гораздого “поучить молодых жить”. Между тем невольная родительская склонность перегружать детей ожиданиями заметно усиливается, когда детей немного. Известно, что о них и тревожатся больше.

Другое следствие — усиление зависимости родителей от детей в позднем возрасте. Особенно многого ждут в этом смысле от дочерей. Одна моя хорошая знакомая живет в небольшом городе на Волге. Живет одна — так уж сложилось — в прекрасной двухкомнатной квартире. Но — без телефона. И каждое утро в половине девятого и ни минутой позже (а то мама будет беспокоиться, а ей это вредно) сорокалетняя дама, имеющая полный набор проблем, забот и интересов, идет к автомату звонить маме: “Мам, ну как давление? А молоко есть? Может, заехать?” В жару и дождь, мороз и выходные... Само собой, второй звонок вечером. Иначе она места себе не найдет, ей будет казаться, что она именно сейчас срочно нужна матери и не оказалась в нужный момент под рукой. Конечно, это пример крайний, но, согласитесь, не так чтобы исключительный. Знаю я и мужчин, которые созваниваются с родителями — само собой, особенно с мамами — по нескольку раз в день. Что, по душевной потребности? Да нет, если бы... *Так принято в семье.* Традиция.

А что еще характерно для семейной жизни старших поколений, наших образцов для невольного подражания? Самое очевидное, определяющее и суточный ритм семьи, и темы для разговоров за ужином? Ну? Да все просто: полная занятость на работе обоих родителей. Обоих, что очень существенно. Что-то они все строили, открывали, запускали, вводили в строй. Сейчас на это можно смотреть как угодно, но для них это было естественным и единственно возможным образом жизни. Многим из них сегодня за семьдесят, дети вполне в состоянии материально помочь, работать уже тяжело, но... работают. “Лошадь оглобли держат”, — говорит один такой героический дед. Нитроглицерин под язык, грудь колесом и на метро на другой конец города — читать лекцию. Он “еще кому-то нужен”, для него это важно. Все уговоры, даже скандалы, попытки лести — мол, нам, твоей семье, ты нужен еще больше, подумай, мол, о любимых внуках — пустое дело. Он вырос в святой вере в то, что “общественное выше

личного”, и, боюсь, без этих своих лекций просто увянет, почувствовав себя ненужным.

Семью люди этого возраста, еще пользующиеся военной терминологией, часто определяют как *тылы*. То есть главное происходит не там. Самое поразительное, что это так и для многих женщин старшего возраста. Да, любят — особенно внуков. Можно сказать, для них живут. Но все-таки в старости. А в трудоспособном возрасте... помните ли вы эту печальную статистику, по которой работающая мать проводит со своим ребенком один час двадцать четыре минуты в сутки? Из этого времени час уходил на мытье, кормежку, одевание-раздевание, а просто побыть вместе, пообщаться получалось те самые двадцать четыре минуты. Сейчас не так важно, плохо это или хорошо: важно, что это часть нашего наследия, традиции.

Удивительно ли, что многие молодые женщины, вполне сознательно “сидящие” с детьми, просто не знают, что с ними делать? Удивительно ли, что они часто говорят об этом своем занятии, как бы слегка оправдываясь — мол, читала, что это очень важно для последующего развития ребенка, да и мне сейчас работу по специальности найти трудно, вот посижу, а потом... Получается, что считать семью “тылом”, а работу — обязательной было принято так долго, что эта установка уже как бы вошла в плоть и кровь. Причем не только мужчин, но и женщин. Делая другой выбор, мы, возможно, поступаем в соответствии с природой, — но не с традицией. Когда по молодому делу наши мамы и бабушки нам задавали жару, они ведь не говорили: “Я в твои годы четвертого донашивала”. Они говорили: “Я в твои годы бригадиром штукатуров уже была” — или “диссертацию дописывала”, или “вечерний техникум окончила”.

Что же еще известно нам о них — и, следовательно, о том новом, что появилось в современной семье по сравнению с их семьями? О, многое. Например, что выросшие дети, уже сами семейные и работающие, очень долго сохраняли связь (отчасти даже зависимость) с родительской семьей, часто просто жили вместе, и довольно долго нуждались в помощи старших. Очень многих сегодняшних сорокалетних фактически вырастили не мамы, а бабушки. Одна моя подруга вспоминала, что в нежном возрасте четы-

рех-пяти лет она гордо заявляла: “Я — бабушкина дочка!” — и не понимала, почему взрослые хихикают. Легко догадаться, что эта абсолютно необходимая бабушка, на которой действительно держалась вся семья, являлась и ее фактической главой — и не была исключением.

Еще мы знаем, что во многих семьях отец (муж) считался главой, что называется, для протокола — ему оказывали знаки почтения, но рассказывали далеко не все, особенно что касалось детей и их проблем. Его присутствие было важным как знак того, что все благополучно, — вот он здесь, в семье. Но курить его запросто отправляли на лестницу (в некоторых многоквартирных домах по сию пору можно видеть трогательные самодельные пепельницы, сделанные из консервных банок; они крепятся к перилам между этажами, напоминая о тайном братстве мужчин, не смеющих “засмолить эту вонючую гадость” в собственном доме).

Как говорит одна колоритнейшая бабуля о своем муже: “Это он на работе начальник, заместителям своим пусть характер показывает. А здесь вот я ему половичок постелила — и по половичку, не сворачивая, в носочках до кухни. Покушал — свободен, но под ногами не вертись. Много я по дому наработаю так-то! Отдыхай тихонечко, я сама не побеспокою и другим не дам”. Муж, которому нет и шестидесяти, действительно большой начальник. Порой, выпив, бывает шумен и грозен, — но надежность, длительность и, чего уж там, удобство отношений со строгой Анной Федотовной всегда оказываются важнее всего прочего, так что после короткого рычания наш усмиранный лев отправляется “по половичку, не сворачивая, в носочках до кухни”.

В разных семьях, конечно, по-разному — и бывало, и есть, и будет. Но некоторая общая формула семейного “двоевластия” — тоже часть нашей традиции. Наблюдения за семьями, где молодой хозяин решил, что он может диктовать свою волю всерьез и во всем, стать главой семьи по-взаправдашнему, это подтверждают. Рыкнуть-то можно, а вот что делать дальше, “молодые львы”, как правило, не знают. По понятной причине: не было в их опыте достоверной ролевой модели отцовского поведения, пусть властного, но зато ответственного. Власть в семье они чаще всего понимают как разрешенное самодурство: “Я сказал!”.

Так потихоньку мы перешли к теме современной семьи. О ней говорить еще труднее, поскольку “процесс пошел”, а что в его результате получится, еще неизвестно. Тем не менее давайте соберем вместе все наблюдения за последние 15—20 лет и попробуем увидеть картину пусть смутную, но объемную.

Первое, что бросается в глаза: семья стала разнообразной, “многоукладной”. Есть патриархальные — и совсем наоборот, есть “свободный брак” по-европейски, когда супруги и вместе-то не живут, — и есть житье всем “колхозом”, с бабушками и тетушками. Есть практически все, что бывает. Поскольку мы говорим все-таки о городской семье, замечается и другое: дети стали раньше становиться “на крыло”.

Меньше стало обычных двадцать лет назад студенческих браков — то есть молодые люди могут быть и студентами, но жить с родителями и зависеть от них они больше не хотят.

Хорошая новость: гораздо чаще, чем раньше, встречается так называемое “сознательное родительство”. Меньше детей, появившихся “некстати”, и при том, что их вообще рождается меньше, желанных среди них — больше. Молодые мамы сегодня охотно и осознанно посвящают детям несколько лет своей жизни, и это происходит в более позднем возрасте (так во всем мире).

Еще одна хорошая новость: стало больше пап, занимающихся своими отпрысками. Притом, что уж совсем ново, и самыми маленькими: легенда о том, что “мужчина начинает интересоваться ребенком после года”, отходит в прошлое. Появилось достаточно много мужчин, которым хочется и нравится быть отцами (и это тоже общемировая тенденция — сегодня даже в таких традиционалистских странах, как Италия, молодые папы хотят поддержать дитяtko сразу после рождения и ловко меняют “памперсы”).

Сегодняшняя семья не ждет “милостей от природы”, активно ищет решения своих проблем — жилищной, связанных со здоровьем, с образованием для детей. Любопытно, что наряду со всеми этими изменениями, явно прослеживается интерес к истории семьи, к “родословному дереву”. И если раньше на кладбище в Родительскую субботу можно было видеть только пожилых тетечек,

то сегодня приезжают всей семьей, даже с маленькими детьми. Похоже, нас ждет еще немало неожиданностей...

Комментарий “настоящего психолога”

Семья — живой организм, который, как это свойственно сложным живым системам, изо всех сил приспособливается и к изменениям внешнего мира, и к собственному росту, жизненным циклам.

Даже если “снаружи” все более или менее стабильно, подрастающие дети, фазы и кризисы брака родителей и старение бабушек и дедушек все время ставят перед семьей новые задачи, которые в *каждом поколении* как-то да решаются, жизнь продолжается.

Если же внешний мир резко меняется, “работа” семьи становится еще сложнее, иногда ее способности приспособиться к изменениям и запаса гибкости не хватает. Всегда и везде при крупных событиях, одновременно меняющих жизнь многих семей, — например, миграциях в города, серьезных экономических переменах, массовой эмиграции, — значительная часть “*семейных систем*” не выдерживала, что-то с ними происходило. Либо это был отрыв старшего поколения, которое не смогло и не захотело приспособливаться, либо распад браков, заключавшихся еще в “старые времена” или “на старом месте”, либо резкий уход детей, устремляющихся в новое за счет отношений с родителями...

Интересно, что по прошествии некоторого времени обозначалась обратная тенденция, и тогда люди начинали интересоваться культурой и традициями бабушек-дедушек, собирать — порой по всему миру — дальнюю родню, рыться в семейных альбомах, искать свои корни.

Специалисты, занимающиеся проблемами семьи во всем мире, говорят, что в течение прошедшего XX века этот социальный институт пережил столько потрясений и кризисов, что остается только поражаться его невероятной жизнестойкости.

* * *

Несколько ответов на простой вопрос: “Чем современная семья отличается от традиционной”.

Ника, 19 лет, студентка:

— Сейчас, по-моему, происходит какое-то дикое возвращение к браку по расчету. Все эти брачные контракты, ловля богатеньких мужей, того и гляди сундуки с приданым появятся или еще какая-нибудь чушь. У наших родителей все было как-то чище, они женились в основном по любви и вместе в жизни пробивались, всем делились, больше доверяли друг другу. А сейчас семья — это, извините, бизнес.

Ольга, 42 года, преподаватель:

— Современная? От традиционной? Да ничем, та же лотерея. Влюбились, женились, родили детей, а уж там как получится. Или мучаются всю жизнь, или разводятся и опять рискуют, заводят новую семью, или перебесятся, переболеют и живут как люди, всего понемногу. Ничего принципиально нового здесь нет и быть не может. Разве что вариаций на эту старую тему стало чуть побольше, поскольку и вся жизнь разнообразней.

Вячеслав, 38 лет, предприниматель:

— “Традиционная” — это здоровая советская семья, что ли? Тогда так: стало меньше ханжества, сейчас никто не будет делать вид, что живут хорошо, если все не так. Люди откровенно обсуждают секс, деньги, жить или не жить в этой стране, вообще что угодно. Раньше жена в известных обстоятельствах бежала в партком, а сейчас она пойдет в салон красоты или белье себе покруче купит, поскольку интим — наконец-то дело добровольное. Главное, что государство больше в семью не лезет.

Анюта, 14 лет, естественно, школьница:

— Сейчас все родители помешались на каком-то необыкновенном образовании, по-моему, просто боятся нас не одеть и не прокормить. Просто спят и видят, как лет в восемнадцать мы свалим из дома и будем крутиться, бабки заколачивать на фирмах. Ну, значит, к тому моменту чтоб язык, компьютер, всяко-разно. Просто смех! Они-то побыли молодыми, потусовались, есть что вспомнить. А нам, значит, не надо — нас они “готовят к

жизни". Я уж не помню, когда у меня свободное время было!

Сергей Викторович, подполковник в отставке:

— Вопрос этот следует решать строго индивидуально. Традиция традиции рознь. Вот, например, у одноклассников моего сына отцы пили через одного, в школе вообще не появлялись, матери одни семью тащили. Это разве хорошо? А ведь, можно сказать, традиция. А у внуков совсем другое дело: хоть я сам и человек социалистической формации и многое для меня в сегодняшней жизни неприемлемо, но не могу не признать, что отцы вернулись в семью. Зарабатывают, в курсе учебного процесса, вполне зрелые и ответственные молодые люди. Отдыхают с семьей, по возможности решают квартирный вопрос. Все это вызывает закономерное уважение.

ЧТО СКРЫВАЕТСЯ В ПОЛУБРАКЕ

Заказчику все-таки не 30 — иначе откуда горячий интерес к "пробному" или "свободному" браку?

Замечали ли вы, как суров наш родной язык по отношению к идее законного брака? "Сходить расписаться" — зачем? — "ради штампа в паспорте". Ну не ужас ли? А то еще и похлеще: "добежать до ЗАГСа", чтобы "испачкать паспорт". Бр-р-р...

А чего еще ожидать от действия, которое заставляет людей вступить в близкие отношения уже не друг с другом, а с государством, и связано с такими неромантическими явлениями, как прописка, совместная собственность и право на то-се?

В прежние времена "гражданским" называли нецерковный, невенчаный брак. До сих пор можно в дамских романах с хорошим концом — а хорошим концом, как и в сказках, считается он самый, брак — встретить вопрос: "Ты хотела бы венчаться или нас поженит судья?" Она, конечно, отвечает: "Как ты хочешь, дорогой".

Между тем и церковный брак не всегда оказывался надежным. Липовые священники, лишенные сана... всякое безобразие вроде описанного в “Джейн Эйр” двоеженства... Короче, и венчание не давало стопроцентных гарантий. К тому же во время оно человеческая жизнь была так хрупка и уязвима — и вот муж слег в горячке, а то его хватил апоплексический удар, а то и вовсе оказался игроком, продул имение и женино приданое и пустил пулю в лоб. Само собой понятно, кредиторы, дом оказывается заложен-перезаложён, чего жена по наивности и непривычке вникать в низменные финансовые обстоятельства даже и не знала... Детки отправляются к родне побогаче, а их матушка, так уверенная в прочности своего замужнего положения, — во вдовый дом.

Случались, конечно, и другие истории — скандальные, с попыткой развода, разрешение на который в России давал Синод, а у католиков не давали вообще до самого недавнего времени. Что касается отечественной практики, проблема достаточно полно представлена в “Анне Карениной” — правда, исключительно с мужской точки зрения. Что касается мирового опыта, можно только гадать о том, какие трагедии и сколько лжи провоцировались невозможностью изменить свою жизнь в неудачном браке. Еще неизвестно, что является большим прегрешением — мечты о разводе, измена как таковая или тайные помыслы о том, что вот хорошо бы овдоветь... Все это напоминает жестокий, но очаровательный в своей резкости анекдот: “Вы знаете, моя жена — ангел”. — “Счастливец! А моя вот еще жива...”

Что касается развода в церковном браке, то тому есть вполне современные примеры, и тоже не очень утешительные. Ведь чем серьезней относятся люди к брачным обетам “в богатстве и бедности, здоровье и болезни, пока смерть не разлучит нас”, — тем большее чувство вины им обеспечено, если брак все-таки не заладится. Одна моя американская знакомая, очень уже пожилая дама, начинала свою жизнь благонаправленной католической девушкой ирландского происхождения, рано вышла замуж, родила семерых. К седьмому законный католический супруг сломался и сбежал, — конечно, не только и не столько из-за детей, сколько просто потому, что таков уж был.

Как ни странно, эта житейская драма пошла Съюзен только на пользу. Конечно, она хватила лиха, но оказалась на удивление

стойкой и сообразительной женщиной, чего раньше за ней просто некому было заметить. Лишившись какого-никакого, но кормильца, она ни одного ребенка не отдала ни в какие приюты или приемным родителям, умудрилась сама всех поднять, одновременно получая какое-то вполне практическое образование, которое позволило ей в дальнейшем иметь относительно приличный заработок.

Дальше — больше. Старшие рано начали работать, получив от мамы четкую инструкцию: как только чуть-чуть позволят обстоятельства, немедленно учиться. Мама потихоньку разогнулась от корыта, огляделась и получила второе образование. Третье она завершила уже лет в пятьдесят, и оно было богословским. А ближе к шестидесяти Сьюзен основала некую духовную миссию свободного направления (до этого она успела удачно выйти замуж — вы будете смеяться, но действительно за миллионера — и переменить конфессию на какой-то весьма либеральный толк современной церкви). Нынче она преподает, ездит по всему миру с лекциями, написала с десятков книг, является духовной наставницей множества людей, как мужчин, так и женщин, и признанным авторитетом в вопросе облегчения страданий умирающих. Внуков у нее, кажется, около двадцати. О католической практике в связи с проблемой контрацепции и развода она говорит, как и обо всем остальном, сдержанно и мудро, полагая, что от посланного ей Богом испытания сама она только выиграла, и воздерживаясь от суждений. Вот так.

Понятно, что таких людей есть и были единицы во все времена. Обычные же люди, склонные к иллюзиям и разочарованиям, все равно разводятся, мучаются чувством вины, изменяют и опять-таки мучаются чувством вины. Ведь поклялись в верности до гроба не перед судьей или тетенькой в ЗАГСе, а перед Богом! Несколько моих приятельниц, которым довелось пережить развод в современной России, говорили мне, что формальная юридическая процедура их как-то не затронула, а вот церковный развод — сейчас с этим немного проще, чем во времена Анны Карениной, — сильно и болезненно задел.

Я им верю, поскольку видела их в день венчания, таких торжественных, таких уверенных в вечности своего брака, освященно-

го по всем традициям предков. Да перечитайте сцену венчания в той же “Анне Карениной” — все то же, кроме самого брака.

Кстати о классиках. Что-то я сильно сомневаюсь, что герои классической литературы — что нашей, что европейской — сильно раскаивались и переживали, держа хористок, посещая бордели и облизываясь на каждую хорошенькую женщину, — это при живой жене, которую поклялись “любить и почитать” и все прочее — до гроба. Это их бледные заплаканные жены вспоминали себя в невестах с горьким вздохом и... тут же кидались “устраивать счастье” других молоденьких дурочек. Возможно, и умниц тоже. Зачем?!

Может быть, чтобы пережить еще раз чужое волнение, чужую молодость и всплакнуть умиленно, глядя на воздушное создание во флердоранже? А может, все проще: девушку надо устроить в жизни, а путь к тому один? Даже в самом слове “невеста” слышится отзвук “неведения”, “невесть чего” — так им было положено. Уверяю вас, имелась в виду далеко не одна только сексуальная невинность. И опущенные долу ресницы, и бледная дымка фаты — в советские времена этот специфический предмет туалета цинично прозвали “занавеской” — делали взгляд в ближайшее будущее таким... немного расплывчатым, затуманенным.

В общем, “она на святое распяты смотрела сквозь радугу слез”, — и неспроста в брачном ритуале (то есть в женской его части, с “оплакиванием” невесты, с ее омовением и одеванием) многое перекликается с ритуалом погребальным. Любая взрослая женщина, побывавшая замужем даже счастливо, превосходно понимает, на чем основано это сходство. Оно касается не только полностью традиционного, то есть церковного, брака, но и всякого серьезного брака, который, — как и окончание земной жизни, — есть момент существенных и необратимых изменений. Никогда и ничего не будет так, как раньше. Есть, пожалуй, от чего затрепетать.

Впрочем, сегодня, говоря о “гражданском браке”, имеют в виду не то, что заключен он не перед Богом, а то, что не заключен вообще. Кстати, сам глагол “заключать” здесь говорит о многом... ох, о многом... Один старинный знакомый, состоящий как раз в таком фактическом или свободном браке и являющийся его ак-

тивным сторонником, говорит: “В так называемом законном цель как бы достигнута. У нас же целью являются сами отношения, и это гораздо здоровее”. Ну что же, есть и такая точка зрения, тем более, что я точно знаю: Слава относится к жене очень нежно и уважительно. Интересно было бы как-нибудь спросить у нее, что она думает по этому поводу.

А вот еще одно мнение, на этот раз женское: “Он все предлагает расписаться, чтобы квартиру побольше купить, а я чего-то боюсь. Так все-таки хоть иллюзия свободы, можно в любой момент расстаться, а так уж все. Имущество делить, разъезжаться и вообще разводиться — это очень тяжело, я это уже проходила и больше не хочу”.

Молодые люди во всем мире, испытывая друг к другу серьезные чувства, начинают совместную жизнь в фактическом браке — “пробном”, как это называют. Как правило, в этих отношениях нет места вранью и изменам — уж если вместе, то вместе, а иначе какой смысл? Честно. Красиво. Иногда заканчивается “оформлением отношений”, иногда нет. Обычно вопрос о детях на это время откладывается, — но ведь и общая тенденция современного мира такова, что женщины рожают все позже. (Главное даже не в этом: известно, что желанные, “своевременные” дети в целом счастливее, да и их родители тоже.)

А вот то, что в “пробном”, казалось бы, предельно искреннем варианте невозможно учесть испытания брака “на разрыв”, — это важно. Пара объединяется, заранее утешая себя тем, что “не получится — разбежимся”. Их готовность выносить неудобства и раздражение, родных друг друга, неодобрение со стороны друзей и прочую прозу как бы снижена — это же еще не по-настоящему. Такой брак освобожден от испытаний детьми, зловещих теней денежного интереса — при возможном расставании никто никому не будет должен.

Подумавши, приходишь к выводу, что традиционный законный брак все-таки невозможно смоделировать “понарошку”. Да, замечательно не лицемерить, но возможно ли следовать только чувствам и при этом стать взрослыми? Основанный на благородном нежелании ненароком поломать друг другу жизнь, “пробный” все равно остается браком игрушечным, хотя и очень похож на

настоящий. Между прочим, вступая после удачной “пробы” в обычный брак, многие пары бывают поражены тем, как многого они не знали друг о друге. Чувство, что “теперь уж все”, меняет отношения. Дети — и подавно. Другая, уже не только на словах основанная финансовая сторона жизни, порождает страх зависимости и расчеты, а время бежит и требует своих жертв — гарантий спокойной, защищенной старости, например... А между прочим, XXI век уже объявлен “веком пожилых”...

Ах, как это все непросто! И чувства меняются, и любовь уже какая-то другая... И кто скажет наверняка: тогда в снимаемой у черта на рогах однокомнатной квартирке было так хорошо потому, что “целью были сами отношения” — или просто потому, что были молоды, легко ссорились и легко мирились, не были так озабочены карьерой, воспитанием детей и прочим неизбежностями взрослой жизни? Но на этот вопрос никто еще не дал ответа, так что не будем пытаться и мы...

Комментарий “настоящего психолога”

Откуда-то на память приходит чье-то сравнение института брака с осажденной крепостью: те, кто снаружи, стремятся внутрь, и наоборот. Порой такое впечатление и вправду складывается. Как бы то ни было, свободный брак — довольно распространенная практика, и во всем мире многие “разбирают крепостные стены”. Кто же прежде всего? Кого привлекает эта модель отношений?

Чаще всего это или люди совсем молодые, или занятые карьерой (оба, что существенно), или сильно “обжегшиеся” в прошлом. Все это не плохо и не хорошо, но многое объясняет. Есть еще два фактора предпочтения фактического брака зарегистрированному: несчастливые родители и нелюбовь к официальным процедурам вообще, чувство протеста против вмешательства в “наши личные дела” государства или церкви.

Нерадостный брак родителей, и особенно тяжелые детские воспоминания об их разводе толкают выросших детей на поиски альтернатив: не знаю, как, но *так* — ни за что. А вот дети дружных пар чаще других вообще не имеют твердых взглядов на этот “роковой” вопрос, поскольку для них-то он как раз не роковой.

Они больше ориентированы на поиск решения, которое будет принято вместе со спутником жизни и даст возможность развития *этих* отношений, а не борьбы с тенью прошлого.

Отдельный, и довольно тягостный случай — это когда пара выбирает модель своего союза не по взаимному согласию, а потому что “главный” выбирает именно такой вариант, а “второму лицу” остаются тайные надежды или тайные же сожаления. Все это обычно заканчивается печально, но не оттого, что плоха сама модель — “с печатью” ли, без нее, — а оттого, что важный вопрос не решен совместно, где-то не обошлось без давления или манипуляций партнером. И порой долгое время спустя, во время какого-нибудь конфликта, без которых совместной жизни не бывает, вдруг выясняется, что он и она вообще живут в разных “измерениях”, абсолютно по-разному видят свой союз. Например, она тихо тоскует, что “так и не женился”, а он вполне горд своей подругой “без предрассудков”. Или она сожалеет, что не смогла деликатно отговорить от преждевременной, с ее точки зрения, регистрации брака — “нужно было еще хоть год так пожить”, а он считает, что только окончательное, юридически закрепленное решение чего-то стоит. И так далее, и тому подобное, версий и вариантов масса.

И мне кажется, что очень важно признать внутренне, что в этом вопросе нет какой-то одной “правильной” нормы — и выяснить, действительно выяснить ценности и установки друг друга. Это трудно, мешают стыд, гордость, боязнь услышать “не то”... Но все равно легче, чем через несколько лет наступить на эту “неразорванную мину” в своих отношениях...

* * *

Маленькие монологи в ответ на очередной бестактный вопрос, а именно: “Чем, по-вашему, отличается зарегистрированный брак от фактического?”

Варя, 19 лет, студентка:

— Ой, какой вопрос смешной! Мне пока никто ни того, ни другого не предлагал. Вообще брак — это рабство, в смысле, для женщины. Посмотрите, до чего замужество

довело женщин постарше: дерганые, злые, опустившиеся. Это, я считаю, не от детей, а от несправедливого брака, где ей — вся работа, а ему — звание главы семьи. У меня так не будет. И вообще, наше поколение, мы еще подумаем двадцать раз...

Ирина, главный экономист, 37 лет:

— О, вы как раз у того человека спрашиваете, у которого надо. Свободный брак — это мой случай. Почему?.. Понимаете, я бы не возражала против официального оформления отношений. Но у моего мужа, который еще и моложе меня на 6 лет, родители разводились кошмарно, с судами и скандалами, Сашка просто как в заложниках побывал. Говорят, это тоже на всю жизнь. Ну не буду же я из-за каких-то своих бабьих беспокойств тащить близкого человека туда, куда его ноги не несут. Хотя иногда подумаешь: а вот состарюсь, а вот заболею, а вот встретит кого, не пожалеть бы об этой своей отзывчивости.

Виктор, реставратор, 39 лет:

— Первые два мои брака были оформлены честь по чести и благополучно развалились. Сейчас у нас с женой никаких этих украшений в паспортах, но вместе мы уже одиннадцать лет. Вырастили дочь и кто же мы с ней, как не муж с женой? Мы же не собираемся оставлять наследство, за которое кто-то может передрататься, не собираемся пилить имущество пополам, — а какой еще смысл в этой процедуре? Мы даже обсуждали: а вот на десятилетие, смеху ради, не сходить ли? А потом думаем: нет, хотя бы даже из суеверных соображений. Как в те два раза ничему не помешало, так и в этот ничему не поможет.

Владимир Владимирович, 48 лет, юрист:

— Огромная, принципиальная разница как с правовой, так и с чисто человеческой точки зрения. Правовые тонкости вам, видимо, неинтересны, но чисто по-человечески я скажу так: брак — это прежде всего ответственность, это договор, а не каприз — сегодня ты мне

нравиться, а завтра не нравишься. А договорные обязательства, фигурально выражаясь, необходимо исполнять. Если люди не регистрируют брак, считая себя выше этого, они просто-напросто идеализируют себя и свои отношения. Ну, и кроме того, существуют же интересы детей, юридические в том числе...

Валентина, 30 лет, администратор учебного центра:

— Разница в том, что при регистрации брака жена становится основным наследником. Не смейтесь, пожалуйста. В жизни теперь всякое бывает, и преимущественно с мужчинами. А так, конечно, разницы никакой. Реально живешь с человеком, а не с его паспортом. Ну, может быть, маленькие неудобства где-нибудь в гостинице или еще где-то. Но это мелочи. Не мелочи — это когда он задерживается из командировки на сутки, а ты думаешь, что сыну два года и что делать, если действительно...

ДОЛГО И СЧАСТЛИВО

Материал про переживание измены заказчик завернул и потребовал позитива. Что с нас, психологов, взять — все-то мы норовим усложнить.

О счастливой любви и тем более о счастливом браке суеверно молчат, как о черте к ночи. Все: психологи, писатели, великие умы прошлого — как сговорились! Ревность, измены, драмы, несчастья, разочарования — это пожалуйста, тут нам выдадут десятки мнений и советов на любой вкус, тут и знаменитые сюжеты всех времен и народов, и позавчера рассказанная подругой Инной душераздирающая история про мужа Толю, оказавшегося “совсем не тем”...

А с другой стороны, попробуйте-ка сказать вслух, что счастливой любви и хороших браков просто не бывает — вам обеспечена буря негодования. Ваша мама, поджав губы, загадочно скажет: “Жизни ты не знаешь”, — и вздохнет неизвестно о чем... Ваша взрослая дочь метнет гневный взгляд, как если бы ее нагло

лишили естественной привилегии молодости — сомневаться и критиковать... Ваш старый приятель, тонко улыбнувшись, изрежет, что ему давно понятно, откуда у вас такие настроения, — и вызовет тем самым немедленное ощущение, что вы сболтнули лишнее... а вашему мужу просто не следует этого слышать. Не следует, и все.

Охо-хо... Делать нечего, придется снова браться за независимое расследование. Предмет, согласитесь, интригует: “ЭТО” — то, о чем все вздыхают и тоскуют, с чем бесконечно сравнивают свои несовершенные браки и романы... Но почему же про “ЭТО” так мало известно?

Экспертиза

Первые же результаты экспертизы оказываются сенсационными. Оставим пока вопрос о любви и браке, а также “половинках яблока”, живущих “душа в душу” долго и счастливо. Выясним кое-что любопытное про это самое “счастливо”.

Оказывается, наши далекие предки понимали под счастьем вовсе не состояние души, а везение, случай: “Дверь, по счастью, не была заперта” или “Не было бы счастья, да несчастье помогло”. И только. И все. И когда сказка заканчивается тем, что такая-то пара стала жить-поживать да добра наживать, это и есть старинное понятие счастья: достаток, здоровье и, самое главное, отсутствие бед. Не овдоветь, не похоронить одного за другим детей, пережить голод, мор и войну, не покинуть этот мир в родильной горячке, оставив детей сиротами...

Дожить до старости выпало далеко не всем — кстати, вас никогда не удивляло обилие мачех в сказках? Превратности судьбы равно задевали и дворцы, и хижины, а брак — пожизненный, между прочим, практически без возможности что-либо изменить — был для женщины средством существования и единственным пристойным жизненным путем. Вопрос о счастье в современном смысле как бы и не возникает, если только муж не полное хозяйственное ничтожество (в благородном варианте — мот и игрок) или не патологически жесток, властен, скуп. В первом случае грозили голод и лишения для себя и детей, во втором — побои и притеснения, то есть опять-таки несчастья.

Что касается мужчин, то и тут картина получалась ясная и неза-тейливая: жена хороша здоровая и смиренного нрава, не сварли-вая, а если красива — еще лучше. Само собой, небезразлично приданое и статус семьи, с которой породнился. “Повезло с же-ной, — скажут тогда друзья и соседи, — посчастливилось”.

Если бы мы спросили у какой-нибудь Василисы Прекрасной или ее европейских сказочных сестер что-нибудь про счастье в бра-ке, имея в виду определенные переживания и чувства, нас бы, боюсь, просто не поняли... Так что, когда мы романтизируем лю-бовную жизнь наших пра-пра-прабабушек, представляя себе бурю эмоций, успех, поклонников и прочее, не стоит забывать и о том, что их молодость и относительная свобода длилась ах как недолго, беременности следовали одна за другой, а половина де-тей умирала во младенчестве.

Идея или мечта о том, что брак может быть “счастливым” не только обстоятельствами, возникла довольно поздно, когда сами браки стали больше заключаться по свободному выбору или, как стало принято говорить, по любви. Тут-то и начинается путани-ца. Источников у нее множество. Во-первых, все больше людей разделяют мысль о том, что счастье — это способность к опреде-ленному видению жизни, а не сами ее обстоятельства. А это означает, что, начиная с этих пор и по нынешнее время, счастье в браке прочно связывается со способностью видеть нечто бес-конечно привлекательное в привычном, ежедневном. Да и жить люди начинают все дольше и дольше...

С другой стороны, романтическая любовь-влюбленность, имею-щая ограниченный “срок годности”, с легкой руки поэтов-роман-тиков объявляется единственной заслуживающей внимания раз-новидностью этого чувства, если оно претендует на “интерес-ность”, благородство. В прежние суровые времена за браком сто-яли принуждение, житейская необходимость, долг — никто слы-хом не слышал о браке как удовольствии, таких требований к нему и не предъявляли.

А ведь весь довольно невеселый опыт прошлого века с его скуча-ющими у семейного очага героями и страдающими у него же ге-роинями — это длительная и тяжкая попытка совместить ра-зум — и чувства, социальный институт — и чувства, совместное

ведение хозяйства — и опять же чувства... С тех пор человечество перепробовало все: “свободную любовь” и возврат к патриархальным ценностям, полную честность в отношениях и полное ханжество, материальную зависимость и таковую же независимость от спутников жизни... Рецепта счастливой любви, способной пережить первую, по определению короткую фазу “мечтаний и желаний”, не нашлось. Между прочим, в свое время алхимики искали рецепт философского камня еще дольше — несколько столетий. Тоже не нашли, зато сильно продвинулись в том, что потом стало химией и медициной.

Свидетельские показания

Когда мы думаем, какая удачная пара, как им хорошо вместе... о чем мы думаем на самом деле? На что обращаем внимание? Уж конечно, не на то, что важно для самих этих людей: у каждого наблюдателя свои “очки” и своя любимая тема. Может быть, мы видим на лице мужчины выражение, которого давно не видели на другом мужском лице. Может быть, эти немолодые люди кажутся веселей и ближе друг другу, чем наши вечно ворчащие родители, которых мы как раз вчера навестили, — тоска по виду счастливой парочки довольно часто тянется из детства. Может быть, они как раз молоды и напомнили нам недавнюю отпускную фотографию, где мы тоже неплохо смотрелись вдвоем... Все может быть, и все говорит больше о нас, чем о них.

Посмотрите, как по-разному реагируют люди на полностью поглощенную друг другом пару — ну, хотя бы в метро. Дама бальзаковского возраста умиленно и чуть печально вздыхает, полуулыбка: есть что вспомнить... Азартно присвистнул мужичок в нелепой кепке и с россыпью веснушек: я и сам еще ого-го! Внимательно рассмотрели три барышни: и мы в порядке, и у нас все будет, и нам всего хватит. Злобно заворчала что-то про безнравственность женщина не старше первой, зато с губами “в ниточку”: по какому праву у этих есть то, чего я себе никогда не позволяла? Хмыкнул и отвернулся мрачный молодой человек: “О, женщины, вам имя — вероломство”... Все — о себе, краткое зрелище чужого счастья — только повод. Так что положиться на свидетельские показания сторонних наблюдателей нет никакой возможности. А что же сами “главные герои”?

О, по этому поводу существует немало интереснейших исследований. Вся беда в том, что уж слишком хлипко определение счастья, и каждый волен вложить в него какой угодно смысл (наше собственное маленькое исследование это еще раз подтвердило — свидетельства на соседней страничке).

Но заслуживает интереса одно занятное интервью: у людей, состоящих в длительных, более трех лет, близких отношениях, спрашивали по отдельности и с полными гарантиями конфиденциальности, удовлетворены ли они этими отношениями. Следует заметить, что ученые не делали разницы между зарегистрированным юридически и свободным браком, — и просто из-за критерия длительности отношений пар, состоящих в законном браке, оказалось гораздо больше — 88%. Следует также подчеркнуть, что все опрошенные, как говорится, “вели совместное хозяйство” и “совместно проживали”. Дети у кого были, у кого нет. А вот и результаты. 63 процента опрошенных мужчин заявили, что полностью удовлетворены сложившимися отношениями, несмотря на то, что вполне осознают недостатки спутницы жизни. Жизнь удалась. Они тоже не святые. В целом получилось даже лучше, чем ожидалось: совместная жизнь, оказывается, не настолько лишает свободы, как гласит известный мужской миф. В принципе, можно ничего и не менять. Может, и не райское блаженство, но все о’кей.

Вот и верь после этого всем байкам, анекдотам и историям про то, что в брачные или вообще обязывающие отношения мужчин тащат на аркане, заманивают кознями и соблазняют всем доступным арсеналом приманок.

А что же женщины? А вот женщин, довольных своей совместной жизнью с теми же самыми мужчинами, оказалось гораздо меньше. Честно говоря, меньше вдвое. А противоположных вариантов, когда ей все нравится в отношениях, а ему — не очень, оказалось совсем мало: четыре процента.

Но как же известный, в зубах навязший тезис про то, что все дамы только и мечтают, что об устойчивых, стабильных отношениях, лучше — законных? Что спят и видят фату с флердоранжем, что весь смысл их жизни — в строительстве гнезда и устилании его выщипанным из себя же пухом?

Дело-то в том, что противоречия тут нет. По всей вероятности, сама идея или, если хотите, образ совместной жизни, семьи, брака в женском восприятии сильно идеализирована. Завышенные ожидания — прямой путь к разочарованию. И какая разница, что будет “главным ударом” — то, что он невнимательно слушает ее рассказы, его неверность или то, что он никогда, никогда не моет жирные тарелки с обратной стороны...

Правда, есть и хорошие новости: все-таки у двадцати с небольшим процентов пар отношения оцениваются как удовлетворительные, и притом взаимно. Но кто знает, чем кончился бы этот эксперимент, если бы в вопросах фигурировало то самое слово... ну, которое насчет “ЭТОГО”... да-да, которого, говорят, на свете нет, но есть покой и воля...

***Маленькие монологи о счастье,
услышанные в ответ на нескромный вопрос:
“Счастливы ли Вы со своим спутником жизни?”***

Федор Степанович, пенсионер, доктор технических наук:

— Видите ли, душа моя, вопрос поставлен несколько некорректно... Жизнь — дело долгое, и брак — дело долгое, и ох, какое разное. А счастье — это ведь такое летучее вещество, и тоже различного, как бы сказать, состава. Как бы вам объяснить... Ну вот, ночь с любимой женщиной — это может быть счастьем и запомниться на всю жизнь... Но когда берешь у жены из рук тот самый, знаете, мяукающий сверточек... да... впервые особенно — это тоже счастье, но другое какое-то, другое... И даже проснуться у себя дома от запаха хорошего кофе, который варит она на кухне, и от знакомых звуков — это тоже маленькое, но счастье. Оно бывает в самых, уверяю вас, неожиданных и неподходящих местах: мы с моей Полиной Андреевной, так уж сложилось, вынуждены были посетить онколога. И ее диагноз не подтвердился, представляете? И мы, старые и счастливые, вышли на улицу как бы пьяными, как будто вся жизнь впереди, как будто получили такой подарок, такой шанс еще что-то сказать, сделать, увидеть вместе. Так что не обессудьте, но все несколько сложнее.

Вера, модная художница тридцати восьми лет, мама пятнадцатилетнего Гриши:

— А зачем? Это вредно, это плохо для работы. Это просто нельзя — быть счастливой в том смысле, в каком Вы спрашиваете. Я бы тут же стала ленивая, глупая. Стала бы ревновать, бояться. Боже, да если бы у меня с самого начала вся эта ерунда сложилась, из меня бы просто ничего путного не вышло! Ни-че-го! И с чем бы я сейчас осталась? С воспоминаниями, как он меня обожал и чем это обернулось? Спутник — это спутник, жизнь — это жизнь, а счастье должно быть внутри, а не снаружи.

Софья Львовна, косметолог, ее возраст останется загадкой:

— Сейчас я временно одна — что называется, не так хорошо быть замужем, как плохо быть незамужем. Шутка моей бабушки, чтоб вы знали. Кстати, замужем я была три раза — и прекрасно себя чувствую, тьфу-тьфу, чтоб не сглазить. Кто сказал, что развод — это трагедия, тот полный идиот. Все мои бывшие подтвердят, что лично я никогда никаких трагедий не устраивала. Мне хорошо, и это — их личное дело. А я полностью готова к четвертой попытке, и чтоб вы знали, это только вопрос времени. Потом, это же так интересно: новый мужчина, вы его приручаете, вы учитываете прошлые ошибки, вы делаете новые! Слушайте меня, я вам скажу: ни один мой бывший обо мне худого слова не сказал и не скажет. Второй уже вообще ничего не скажет, бедненький. Но больше я хоронить не хочу, теперь уже пусть он меня хоронит. Так что попрошу: помоложе и поздоровее. Ненамного, нельзя же быть совсем нескромной, я же все-таки приличная дама (смеется).

Арина, энергичная красавица двадцати семи лет, консультант в фирме:

— Да, конечно. Понимаете, мы вместе очень давно, еще со школы. У нас была довольно бурная история, я даже выходила замуж за другого, ненадолго. И все-таки поняла, что мой человек — именно этот. А счастье — это когда совершенно точно знаешь, что тебе никого друго-

го не нужно. Тогда все становится очень просто и все можно пережить.

Вадим, тридцатилетний предприниматель и владелец очень красивой собаки:

— Моя спутница жизни — вот эта очаровательная леди. Сукой я ее назвать не могу, она благородна для этого слишком. Великодушная, преданная, понимает меня с полуслова. Согласитесь, красавица. Со своей спутницей жизни я совершенно и безусловно счастлив. Она всегда мне рада и ни разу не спросила стервозным голосом, где я был, она никогда меня ни на кого не променяет. Правда, девочка?

***Великие, извините, мысли
соответствующих людей***

Из всех шутовских вещей брак — самая шутовская.

Бомарше

Брак приносит много огорчений, однако безбрачие не дает никаких радостей.

Сэмюэл Джонсон

Всякий раз мы смотрим на вещи не только с другой стороны, но и другими глазами, — поэтому и считаем, что они переменились.

Паскаль

Если бы Лаура была женой Петрарки, разве бы он писал ей сонеты всю свою жизнь?

Байрон

Если окажется, что та, кого вы полюбили, как две капли воды похожа на вас и хочет всего того, чего хотите вы, в действительности вы будете любить не ее, а только себя.

Маргарита Наварская

Не будем говорить о любви, потому что мы до сих пор не знаем, что это такое.

Кто бы вы думали? — Паустовский!

Когда жалуются на жизнь, то это почти всегда означает, что от нее потребовали невозможного.

Ренан

Самое поразительное то, что на три тома афоризмов почти ничего не сказано о счастливых, хороших, полноценных отношениях. Тема оказалась на редкость непопулярной!

Комментарий “настоящего психолога”

Хорошую пару встретишь нечасто, но тем интереснее понять, что же есть у этих двоих такого, чего нет у других. Мои наблюдения, конечно, неполны...

- Эти люди уже знают, что в отношениях неизбежны кризисы, и имеют опыт их преодоления; не идеализируют ни друг друга, ни свой союз.
- Им бывает друг с другом весело и интересно — не двадцать четыре часа в сутки, но бывает. В то же время они могут, не уклоняясь от этого, обсудить прямо любую трудную тему: деньги, секс, смерть, свои отношения и все что угодно. Это будет нелегко, но возможно. Наконец, они умеют ссориться и мириться: не избегают конфликта, а разрешают его, не переходя к “стрельбе на поражение”.
- У них есть и чувство единения (“мы”, “наше”), и чувство отдельности, суверенитета. Они уважают потребность друг друга в уединении время от времени, в дистанции, в личном времени и пространстве. Зато когда они вместе, то действительно вместе.
- Оба могут меняться и расти, учиться чему-то новому, и другая сторона это уважает и приветствует. Более того, именно их совместная жизнь создает для развития условия, а иногда и стимул. У них нет иллюзии, что они те же, что в самом начале, и сожалений по этому поводу: они могут дорожить своим прошлым как пары, но не склонны “консервировать”. Ценят тот опыт, который уже дала им совместная жизнь, и с интересом готовы воспринять новый.

- Их роли по отношению друг к другу меняются, не застывают: власть и ответственность, сила и слабость, инициатива и пассивность, детскость и взрослость переходят из рук в руки. В этой паре нет одного лидера, навсегда разграниченных полномочий.
- Они могут пережить изменения, связанные с внешним миром: карьеру одного из них или финансовые затруднения другого, смену работы и, естественно, домашнего уклада. Как пара, они лучше адаптируются к трудностям и переменам, чем поодиночке. Все это относится, конечно, и к рождению и воспитанию детей, и расставанию с ними, когда те вырастают, и к смертям старших родственников.
- Они могли бы прожить и друг без друга — их отношения основаны на свободном выборе, а не зависимости типа “без тебя я пропаду”.

Все это выглядит отнюдь не безоблачно и требует большого труда и изобретательности. В хорошей паре они тоже справедливо делятся, как прочий труд. И даже это не дает гарантий, что так будет всегда. Но что вообще можно гарантировать в этом мире?

СКАЖИ МНЕ, КТО ТВОЯ ПОДРУГА...

А вот на эту тему я написала бы побольше и всерьез — когда-нибудь.

О женской дружбе сказано немало сомнительного: ей приписывается коварство, скрытые мотивы, в лучшем случае — поверхностность. Один тост про змею и черепаху чего стоит (“Укусить бы, да ведь утопит”. — “Утопить бы, да ведь укусит”. — Так выпьем же за женскую дружбу!). Не знаю, право. Мои наблюдения говорят о другом. Совсем о другом.

...Мне восемь лет, и я глубоко несчастна. Моя лучшая подруга Наташка убежала играть с чужой противной девчонкой, а меня не взяли. Глотаю горячие слезы и лелею фантазии о том, как “они пожалеют”. Мы помирился завтра к вечеру — о, еще вечность ждать! — и будем ссориться и мириться следующие трид-

цать лет, оттачивая друг на друге остроумие, едко критикуя неудачные покупки и поступки друг друга и... чуть что — бросаясь на выручку. Потом Наташка окажется в Америке, ссориться и мириться нам уже не придется — только вспоминать...

Посмотрите на любой школьный двор: мальчишки лет семи-девяти что-то вместе *делают* (строят, ломают, перепрыгивают), а девчонки тоже по-своему резвятся, но при этом всюю “выясняют отношения”. Секретничают, хихикают, сбиваются в группки и гораздо больше *общаются*. Опыт установления и развития отношений, ревности, обид и прощений, насмешек и утешений — вот его первые наброски. Мальчишки учатся *достигать*, девочки — *относиться*. Это надолго. Может быть, навсегда.

...Им по тринадцать. Появилась настороженность: им уже дали понять, что внимание мальчиков — это то, за что следует конкурировать. Они по-прежнему сбиваются в стайки, но уже не для игры в классики: это маленькие оборонительно-наступательные отряды для вылазок на “индейскую территорию” отношений между полами. Вместе безопасней. Неуверенность скрывается за громким хохотом. Критика убийственна. Оценки предельно жестки: “Она же полная дура, о чем с ней можно разговаривать?”

(Между прочим, речь обычно не идет о житейской глупости или учебе; скорее, имеется в виду непонимание “правил игры” компании, двора или класса. Социальных условностей, если угодно.)

Очень важным становится, кто о ком и что *сказал*. У отношений появляется “лицо” и “изнанка”: девочке-подростку, которая “не полная дура”, интуитивно становится ясно, при ком и как себя вести, что и кому говорить. И где-то в глубине — отчаянная потребность в слушателе, в искреннем и безоглядном доверии... Кому можно “сказать все” в тринадцать или пятнадцать? Лучшей подруге, и только ей.

Разговоры — часами. То хихикают, то обе мрачнеют, то умолкают, уходя в себя — и понемногу учатся выражать и описывать словами чувства и отношения. Задают вечные вопросы: что есть судьба? Трусость ли самоубийство? Лучше любить или быть любимой? И тут же — что носят, кого с кем вместе “видели”, как накрасить ресницы и не попасть в глаз... Вот когда возникают

знаменитые женские “разговоры обо всем на свете”, которые раздражают мужчин и в пятнадцать, и в пятьдесят и названы ими “разговорами ни о чем”. У доверительного общения свой синтаксис, свои подтексты. Это — не обмен информацией, скорее уж мелодия.

Контакт важнее содержания. *Процесс* важнее результата. Те, кто прошел “школу” глубокого общения с подругой в ранней юности, знают: это было важно и когда-нибудь даже окажется важнее в конце-то концов усвоенных всеми “правил игры”. А пока — внешний мир стучится в дверь. Наступает время выбора профессии, первых серьезных романов. Взрослая жизнь пугает и притягивает. Хорошо не быть одной на ее пороге.

Дружба может болезненно закончиться конфликтом, тихо сойти на нет или сохраниться навсегда — опыт души, обретающей язык самовыражения, все равно бесценен.

Следующий период женской жизни проходит под знаком реальности. Учеба, работа. Мужчины, возможно — дети. Надо определяться, кем-то в этом мире *становиться*. Из самого главного человека подруга постепенно становится фигурой, так сказать, замещающей: с ней можно провести время, если нет лучших предложений. К ней бросаются, когда плохо, но... свои и ее успехи и победы невольно сравниваются, и это немного неловко. Каждая чувствует, что рассказывается уже не все — вроде бы правильно, но чуть обидно. Они взрослеют, меняются и устраивают свою жизнь. Время свадеб, первых детей и первых должностей.

И, если повезет, новых подруг: по институту, по работе, по новой “взрослой” жизни. Больше начинает цениться надежность в делах, но по-прежнему важно умение слушать, быть рядом не “по делу”, а просто так. Для души.

Случаются, как и раньше, разочарования, обиды и даже предательства — цена, которую приходится заплатить за иную “дружбу”, куда выше, чем в юности. Но странное дело: с годами теплые, прочные отношения с настоящими друзьями-женщинами ценятся все выше. Они проверены десятками сложных ситуаций, в них не нужно “играть роль”, они часто переживают не только романы, но и браки. Подруга — не приятельница! — это та, с ко-

торой можно и посоветоваться, и посмеяться. Она не осудит, а постарается понять. После разговора с ней — между прочим, он может выглядеть вполне бессодержательным — легче на душе, обогретой искренним вниманием и сочувствием. Когда плохо на работе, когда огорчают домашние или тревожит здоровье, она поможет — то как психотерапевт, то как бюро добрых услуг, то как сестра милосердия. И это важно, потому что приближаются времена, когда дети вырастут, карьера уже не предложит новых возможностей, начнет уходить из жизни поколение родителей.

...Старинные подруги поздних лет жизни — это особое, ни с чем не сравнимое сообщество. В чем-то смешные (“Как ты можешь с ней обращаться, она же в полном маразме!”), а в чем-то — вызывающие преклонение. Мужество выйти из дома в гололед, только чтобы поздравить “эту старую перечницу” с днем рождения и подарить какой-нибудь пустяк, — поразительно. Стойкость в борьбе с подступающей дряхлостью, шуточки и издевки по поводу собственных болячек — величественны. И похоже, что именно женская дружба, — если сложится, если заслужим, — останется с нами до самого конца. По крайней мере, когда я смотрю на семидесятилетних подруг моей мамы, хочется на это надеяться.

Но до этого, как говорится, нужно еще дожить. И если оглянуться на свою молодость, вспомнится не язвительное замечание неизвестно по какому поводу и даже не запутанные отношения в пресловутом “треугольнике” она — я — он. Бог с ними. Не о том разговор.

...Когда однажды я свалилась с тяжелой пневмонией под самый Новый год (муж в Штатах, мать сама в гриппе, потолок кружится, температура сорок), это ты, Ленка, привезла апельсины, лекарства и добыла из-под земли врача — первого-то января! Врач, между прочим, оказалась твоей институтской подругой. Никто другой бы и не поперся.

Когда было очень, очень нужно, это ты, Вера, без предисловий достала из кухонного шкафчика пачку денег — немислимую сумму по тем временам — и небрежно кинула мне в сумку со словами: “У тебя целее будут. Отдашь, как сможешь”. Ни вопросов, ни расписок, ни условий. Деньги пахли корицей.

Лидочка, ты везла через полгорода какой-то особенный и дефицитный учебник для моего сына-первоклассника, чтобы он не боялся завтрашней двойки. Конечно, никто никого ни о чем не просил. Просто ты считала, что его детский страх (забыл вовремя сказать, вспомнил накануне, грозная запись в дневнике “Не готов к уроку” — катастрофа!) заслуживает внимания и помощи. А кроме нас с тобой так больше не считал никто.

Дорогие мои, я все помню и благодарю вас. Мы пережили немало и по-прежнему можем положиться друг на друга. Мы заняты и редко видимся, но когда-нибудь... когда-нибудь мы наконец выберем день, бросим все дела и как следует поболтаем “ни о чем”. Если к тому времени нам еще можно будет выпить по капельке... и если мы еще не утратим чувства юмора, мы вспомним тост “за женскую дружбу”. Между прочим, черепаха символизирует терпение, а змея — мудрость.

Комментарий “настоящего психолога”

Идеальной дружбы, лишенной “теней”, не бывает — впрочем, как и идеальной любви. Во *всяких* близких отношениях присутствует чуть-чуть борьбы за лидерство, где-то притаились обиды, время от времени вспыхивает искорка раздражения и всегда есть что делить. Вопрос лишь в том, *сколько* этих самых “теней” в дружеских отношениях и *к чему* они побуждают. Не секрет, что многое мы делаем, особенно в юности, чтобы нечто “доказать” подруге (то же самое и у мужчин, только элемент соревнования больше поощряется, как бы разрешен). Если желание соревноваться толкает нас к достижениям, к росту, — спасибо этому желанию и этой дружбе. Азарт угаснет, рост останется, дружба выдержит. Если же “червячок” конкуренции подсказывает тратить денег еще больше, чем Валя, или попытаться “увести” Валиного мужа, — что ж, значит, с самого начала дружеские отношения имели не совсем здоровую основу.

В женской дружбе действительно очень важно словесное общение как таковое. Женщины меньше, чем мужчины, нуждаются в совместном деле как поводе пообщаться. Мы обходимся без футбола, гаража и рыбалки — достаточно просто “посидеть и поболтать”. Эта “болтовня” — источник эмоциональной поддерж-

ки, ее атмосфера безопасна и проникнута взаимопониманием. В разговоре с хорошей подругой нет “неважного” и “неинтересного”, и никто не назовет ваше вчерашнее плохое настроение “пустяком”.

Такого рода общение ради общения — нормальная женская потребность. Если нет подруг, мы начинаем бессознательно требовать того же от мужа, матери, детей. Им это может быть тяжело, а мы все равно не получаем желаемого. Женщины, растерявшие подруг из-за занятости или семейных проблем, лишаются существенной “подпитки”. Кстати, после общения этого рода вы должны себя чувствовать посвежевшей, энергичной. Если это не так, если вы утомлены, раздраны или огорчены бессмысленно потраченным временем, — значит, происходило что-то совсем другое и, возможно, вами манипулируют.

За последние несколько десятилетий женская дружба “повысилась в цене”. Данные опросов говорят о том, что женщины склонны доверять хорошей подруге не только сердечные, но и финансовые тайны, делиться с ней не только рецептами салатов, но и профессиональными “сюжетами”. Это, видимо, связано с изменением традиционной женской роли и осознанием различий в мужском и женском взглядах на мир, в “языке” общения. Всякий человек понимает и “лепит”, выращивает себя через сравнение с другим. Так что — “скажи мне, кто твоя подруга, и я скажу тебе, кто ты”.

ДЕНЬ 8 МАРТА*

Как ни закаляет общение с журналистами, иногда очень хочется надеяться, что текст не порубят в капусту и не снабдят для завлекательности “визуальным рядом” про антицеллюлитный гель. Глянца кругом все больше, и оттого часто хочется чего-то другого — рассола, что ли? Чего-то, по составу близкого морской воде или человеческим слезам. Тогда и приходится писать книжки, где можно высказаться всерьез даже на такую странную тему, как 8 Марта.

Взгляд искоса — самый главный женский взгляд. Самый честный. Открытый, простодушный, наивный, циничный, кокетливый, холодный, уверенный, злой, близорукий, волнующий, тупой, обещающий... Эти взгляды женщина приберегает для других, а тот, что “искоса, низко голову наклоня...”, оставляет себе.

Евгения Двоскина. Мелкие пуговицы

“Восьмое марта близко-близко...” — предупреждает неприличный стишок. Дальше сами знаете. Кто не знает, “близко” рифмуется с “пиписка”, и этим сказано все.

Странный праздничек. Вроде как восходит к временам той еще борьбы за женское равноправие. Неукротимая Клара Цеткин, которую мы смутно представляем безобразно стриженной старухой... Передовые работницы, требующие права голоса и равной

*Е.Л. Михайлова. “Я у себя одна”, или Веретено Василисы. (М.: НФ “Класс” 2003, с. 273—277.

оплаты труда: “Никто не даст нам избавленья...” — правильно, и не дали. Учительница литературы Ольга Александровна, разбирая с нами, малолетками, какие-то “женские образы в советской литературе 20-х годов” и видя перед собой ряды наших кривых глумливых ухмылок, говорила на невысказанные вольности: “Нет, девочки, Советская власть действительно дала женщине очень много... но... “ключи от счастья женского”, как там дальше у классика, кто напомним.... какая-то рыба, видимо... проглотила”. И мы радостно ржали, избавленные ее иронией от необходимости прямого противостояния, от которого в этом зверском возрасте так недалеко до прямого хамства. А в параллельном классе девицы, страшно возбужденные собственной лихостью, к Восьмому марта выпускали стенгазетку “Хоть день, да наш!”. А мы, не придумавшие такого прикола — правда, тогда это называлось как-то иначе, не помню как, — мы завидовали, но одобрительно рассказывали направо и налево: правда, классно? И каково же было... что, разочарование? — когда одна из наших мам мягко так улыбнулась: “Как, и вы тоже?”. Оказалось, что незнамо в каком году, в другой школе и даже в другом городе, но тоже к Восьмому марта... А одна компания молоденьких бесшабашных умниц заявила седьмого в школу в траурных нарукавных повязках из черной капроновой ленты. Думаете, скандал? Как бы не так, никто и не заметил, и акция протеста тем самым была, но не состоялась. А в университетские времена наши мальчишки презентовали мамзелям одиннадцатой группы по зеленой керамической рюмахе вкупе с брошюрками “Коварный враг здоровья женщин”, тоже зеленой и на ту же тему. Отхохотавшись и распив положенное, мы пришли к решению ни мужского, ни женского праздника более не отмечать, а праздновать совместно 1-е марта — весну то есть, которая всем весна. Дацзыбао “Хоть день, да наш!”, как мне доподлинно известно, время от времени выпускается барышнями по сю пору — с применением новейших технологий.

Если же вы спросите о смысле этого праздника у женщин постарше, никто и не вспомнит передовых работниц, марширующих по долинам и по взгорьям вперед заре навстречу. Скорее всего, вам грустно улыбнутся и почему-то, слегка оправдываясь, скажут: а что, мне все равно нравится, хоть цветы подарят. Цве-

ты — да, подарят. И как раньше мрачные мужики давились за хилой мимозой, так нынче бойкие яппи машинами увозят стандартно скрученные по спирали букеты из какой-нибудь “Интерфлоры”. В одной фирме молодые люди обрядились к празднику в майки, украшенные фотографическими изображениями всех работающих с ними девушек... Девушкам не совсем понравилась перспектива (пятно кетчупа на глазу, корзина с грязным бельем, стиральная машина... или, может быть, более глубокий смысл этой символической акции овладения), но обижаться и тем более портить праздник ребятам, которые “так старались”, конечно, никто не стал. А для самого социально незащищенного гражданина тоже продается недорогой цветочек в бетонной трубе перехода, и он потащит этот цветочек своей “половине”, а она ему чего-нибудь не то ворчнет, не то мурлыкнет, глядя почему-то в сторону, в сторону...

А что творится в школах и детских садах — не передать. Родительский комитет одолевает поборами, кипят нешуточные страсти по поводу символических, но абсолютно необходимых жестов в адрес Валентины Ивановны: да зачем ей эти веники, надо что-то дельное, из косметики! Чем непрестижнее профессия — то есть чем ближе она к воспитанию, образованию и прочим феминизированным областям, — тем обязательнее букет. Валентина Ивановна должна быть довольна — кому-то же надо и эту работу делать, дети все-таки. А утренники! Душещипательные стишки про мамочку родную, где обязательно будут помянуты “ласковые руки” и остальной парфюмерно-кондитерский словарь устойчивых выражений, разучиваются загодя и под большим секретом. Стишки, как правило, ужасны — но тоже обязательны. И уж которое поколение мам одновременно искренне умиляется своим Денискам и Аликам и... испытывает что-то еще. Что-то такое, от чего сладкая улыбка “гендерной именинницы” немного сползает вниз, а взгляд ее почему-то уходит в сторону. В сторону...

Двусмысленный какой-то праздник, приторный с горчинкой, сентиментальный с еле уловимой ноткой непристойности. Вроде и неловко, и ненужно, но как бы и правильно. Похоже на скомканное извинение, а кто и перед кем виноват? И ритуальное мытье посуды домочадцами — “сиди-сиди, сегодня мы сами” — это что,

насмешка или репарация? Просто Юрьев день какой-то! А обязательные тосты с пожеланием “всегда оставаться такими же милыми, красивыми, любящими”? О каком “всегда” может идти речь, какому мгновению велено остановиться? Мужчины деликатного образа мыслей часто поздравляют так: “Не знаю, признаешь ли ты этот праздник, но это только повод...” — далее по тексту. Таксисты и случайные прохожие поздравляют без затей — и маленького волевого усилия стоит не ответить, как на другие поздравления (с Новым годом, скажем), — не вякнуть на автопилоте: “И Вас также”. Выйдет глупо и незаслуженно обидно — чем таксист-то виноват?

Но при всей своей двусмысленности или благодаря ей праздник этот жив и будет жить. Потому и будет, что он прославляет идеализированные — то есть фальшивые, но ведь это всем известно, — отношения мужчин и женщин, а в то же время самой своей приторностью напоминает: так не бывает, это все понарошку. Он воспевает “ласковые руки”, понарошку же предавая кратко забвению всю мучительную сложность отношений мамы и ребенка: сегодня только хорошее или ничего, как о мертвых. Он клянется в вечной любви, красоте и вообще во всем, чего не бывает по определению. Я бы даже назвала его “гендерным карнавалом” — как известно, на карнавале все наоборот, не как в жизни.

И юные девы, в соответствии со своей возрастной нормой, не желают порой принять именно эту двусмысленность и объявляют себя неприсоединившимися, но их марш протеста все равно останется незамеченным. Им еще хочется смотреть прямо, но... “вырастешь, Саша, узнаешь”. Со временем кто-то из них сделает свой выбор — и для нее этот праздник напрочь перекроется трудами и чувствами Великого Поста. А кто-то выберет иное и будет просто предвкушать развлечения или дела, которым нерабочий день всегда ох как кстати. Кто-то сполна насладится однодневным карнавалом, коллекционируя букеты, поздравления и приглашения, собирая свою маленькую быстро увядающую дань. А кто-то в ответ на общепринятый сироп нарушит перемирие и рявкнет: “Я этот гинекологический праздничек вообще не признаю!” — и наградой ей станет неподдельное смущение поздравителя, и в том-то и будет “хоть день, да наш”. И уж в следующую

щем году человек по тому же делу не позвонит — ну ее в болото, самому, что ли, очень хочется на телефоне висеть, могла бы тоже вид сделать.

Всего на один день Великая Богиня, сняв оранжевый дорожный жилет или бифокальные очки, разогнувшись от корыта или верстки, является нам — но шаржем, пародией на саму себя, и ей не отпущено даже карнавальная неделя. Слишком много обид, ожиданий, иллюзий. Слишком глухо молчание. Легче для всех, когда она предстает Девушкой с веслом, раскрашенной ради праздничка дешевым итальянским набором “Пупа”.

Одна простая и ныне давно уж покойная женщина из владимирских крестьянок говаривала — сильно окая, как положено: “Баба — она и есть баба, чо ее праздновать?”. Она не понимала этого праздника, крепко и естественно вросшая в традиционный уклад, где ему и впрямь не место (хотя нынче и празднуют, и ничего, был бы повод). И, наверное, в каком-нибудь совсем ином мире, где женские потребности, ценности, жизненные циклы и роли признаются важными и это никому не надо доказывать, — там этому празднику тоже не место, там по совершенно противоположной причине возникает тот же риторический вопрос: чо ее праздновать?

Мы же держим, как умеем, хрупкое и двусмысленное равновесие. Когда можем позволить себе такую роскошь, обращаем внимание на собственные чувства, возникающие по поводу и в связи. Если очень повезет, можем их даже проговорить, поделиться — и что-то услышать в ответ. Когда не получается, просто говорим “Спасибо!” — а сами смотрим в сторону, в сторону...

Март в России — месяц холодный, цветочки приходится заворачивать во вчерашнюю газету с фотографиями президентов, нефтяных магнатов, спецназа в масках и со смятым заголовком “...есны, любви!”. Кстати, упомянутый выше неприличный стихок существует в двух вариантах: в мужском кое-чему предписывается “расти”, в женском — “беречься”. Вот тебе, девушка, и Юрьев день.

ФАНТИКИ КОНЦА ВЕКА

И кто бы мог подумать, что необязательные житейские разговоры на темы частной жизни не только сослужат хорошую службу, но и благополучно доживут до сегодняшнего дня! Частная жизнь устаревает не так быстро, как общественная. “Общественная” — цеховая, корпоративная, с соблюдением протокола и учетом “текущего момента” — всегда очень стремится быть современной... и ветшает, не успев сойти с конвейера. Только заявила о “приоритетных направлениях” и “актуальных тенденциях”, как час пробил — и вот заявка уже нелепа, как шлягер прошлого сезона. А ведь было — насвистывали, подпевали...

Невозможно не вдыхать то, что носится в воздухе; минувшие интересы и увлечения — не просто дань “моде сезона”, но и память о надеждах, о попытках осмыслить... И порой трудно даже вспомнить: когда мы с коллегами на полном серьезе спорили по поводу “Закона о психотерапии”, отчего тогда это казалось таким важным, словно от наших мнений и впрямь зависело профессиональное будущее? А когда затевался какой-нибудь транскультурный проект и тема “Восток-Запад” еще не окончательно навязла в зубах, отчего так хотелось понять и тех и других, сформулировать позицию, “наняться в переводчики” между и ныне чуждыми друг другу мирами? Как поют в одной рок-опере, “авантюра не удалась, за попытку — спасибо”.

И эти, и многие другие страницы перевернуты, и неизвестно, будет ли в обозримом будущем повод и необходимость к ним возвращаться. Порой находят ответы, чаще снимаются вопросы: “и, вдруг оборотясь, ты застаешь врасплох столетия конец, воз-

любленных скучанье, актеров без ролей, опричников с ключами от мозговых машин...”

И все же... По старой профессиональной привычке вглядываться и пытаться описать то, что видишь, я и сегодня вручную разрисовываю эти легкие бумажные самолетик с посланиями “всем, кого это может касаться”. Может статься, еще встретимся и поговорим.

СЕКРЕТ ПОЛИШИНЕЛЯ

Об одной межкультурной проблеме и путях ее решения*

С иностранными компаниями мне приходилось иметь дело отнюдь не только в роли русскоязычного автора, всегда сдающего материалы с немецкой аккуратностью и в срок. Что и следует из материала для газеты "Карьера-Форум". Многие в нем успело устареть; он и включен в этот раздел как раз для того, чтобы читатель ощутил легкий сквозняк недавнего прошлого — малую часть "ветра перемен".

Проблема, как говорится, деликатного свойства, хотя о ней известно всем. Достаточно посмотреть на световую рекламу "Кока-колы" над Пушкинской площадью. Цвет — сами знаете. Но позвольте, ведь в этой стране он много-много лет означал нечто другое! А кого это теперь интересует?..

Авторы этих строк пытаются выразить свою мысль на английском: иностранцы и русские, культурные несоответствия... Но ведь "иностранцы" — это только если смотреть отсюда — туда! Не странно ли повествовать об этом — по-английски?

Да не более странно, чем видеть "Кока-колу" коммунистического цвета (уж о том, насколько ниже склоненная голова Александра

*Л.М. Кроль, Е.Л. Михайлова "Секрет Полишинеля: Об одной межкультурной проблеме и путях ее решения". (Secret de polichinelle). Опубликовано в газете "The Career Forum" № 5 от 14.03.1998 г., на английском языке в переводе М. Никуличева.

Сергеевича*, умолчим). А непосредственно под “революционным квасом” мигают, чередуясь, сведения о погоде и точное время. Время — московское.

На сегодняшнем российском рынке “иностранцы” и “русские” оказались в одной упряжке, откуда ни смотри. И тем, и другим в ней несладко. Тяжело работать в культуре, которая не просто другая, чужая, непонятная, а к тому же еще нестабильная, переживает кризис за кризисом и мучительно разбирается со своим посттоталитарным наследством. Но так же тяжело работать и на изолированном островке корпоративной культуры, которая не просто другая, чужая, непонятная, а еще и доминирующая, жестко требующая иного языка, ментальности и даже празднования Рождества Христова по своему календарю.

Иностранная корпорация может взять на работу любых русских, каких только пожелает. Их квалификация, старательность, внешность и, разумеется, английский будут куда лучше, чем у тех, кто работает... ну, допустим, в Российском правительстве, Академии наук или Совете Министров. Их прямые начальники, “иностранцы”, будут присланы в Россию на год — и, соответственно, квалификация, старательность, внешность и, разумеется, русский будут в точности такими, какие нужны компании в это время и в этом месте. Не более того. Скорее всего, даже чуть менее...

Сергей Солодовник, тренер и бизнес-консультант с международным опытом, замечает по этому поводу: “Ценности совершенно различны. Это очень отчетливо проявляется на собеседованиях по поводу приема на работу. Западные специалисты имеют четкую установку: претендент должен обладать навыками, необходимыми для выполнения его будущей работы, и не более того. А русские исходят из идеи, что знания, умения и навыки никогда не лишние, и в соответствии с ней стремятся “показать товар лицом”. Вот, к примеру, инженер с некоторым управленческим опытом. Хочет работать на довольно серьезной должности в ком-

*Пушкин, Александр Сергеевич, поэт, фигура в русской литературе гигантская, ни с кем и ни с чем не сопоставимая. Убит в 1837 г. на дуэли Эдмондом Дантесом. Когда открылся первый московский “Макдональдс”, наискосок от известного памятника, его в шутку именовали “Дантесом”. Шутка не прижилась: то ли в силу неточности дуэльной мизансцены, то ли из-за быстрого размножения “Макдональдсов” — Дантес, по идее, все-таки должен быть один.

пании, занимающейся выпуском мороженого, — местное отделение международной корпорации. Проходит все этапы собеседования, имеет все необходимые технические навыки, с лидерскими качествами все в порядке, и лоялен, и мотивация высокая. Один вопрос с его стороны — и британец, проводивший этот этап собеседования, глубоко задумался. Вопрос такой: “Как я буду использовать свой английский с моими будущими подчиненными, среди которых ни одного англоговорящего?” Этот кандидат не получил должность, потому что британский кадровик посчитал, что сей господин будет постоянно фрустрирован “недоиспользованием” своих замечательных навыков. Ну, и часто такие люди отсеиваются как “чрезмерно квалифицированные”, “переученные”.

“Лишние навыки”, таким образом, следует если не скрывать, то придерживать. Так же и с мотивацией, которая тоже может быть не совсем подходящей. Преданное служение делу — совсем не то, что лояльность по отношению к интересам компании; готовность “не привносить в деловое общение ничего личного” должна выглядеть не как скрытность или формальный стиль в общении; “творческое отношение к делу” плохо совмещается со “знанием границ своей компетентности и строгим следованием...” И так далее, и тому подобное.

Подчиненным деться некуда: если они хотят работать в компании, им приходится, по образному выражению одного из давно и успешно прошедших собеседование, помнить о Штирлице*. Но и начальники, заброшенные волею руководства компании в этот тревожный, не вполне предсказуемый мир (который они обычно и не пытаются понимать), в сложном положении. И те, и другие — заложники ситуации. Организационная культура корпорации может быть насквозь вестернизирована, а рынок-то все равно российский — рискованный, огромный и дикий. И крайне перспективный. И без проводников “из местных” не обойтись. И работать тоже кому-то надо.

*Штирлиц (Максим Максимович Исаев) — герой знаменитого сериала “Семнадцать мгновений весны”, советский разведчик времен последней войны. Глубоко внедрил в спецслужбы III Рейха за счет сообразительности и невероятного владения собой.

Так что едет начальник с подчиненной инспектировать завод компании, скажем, в Урюпинск, и их временное заточение в купе лучшего из возможных, но все равно грязноватого, медленного и ненадежного поезда — метафора ситуации в целом. Задачи поездки предельно ясны. И оба ужасно хотели бы решать какие-нибудь другие задачи. И — отдельно. А пока приходится решать эти, надо друг друга как-то терпеть. Между прочим, под стук колес — рельсы-то российские, со стыками — проходит единственная жизнь обоих...

Короче, объективная экономическая ситуация, сделавшая представителей одной культуры сплошь подчиненными представителей другой, но в рамках, как ни странно, первой — прекрасная питательная среда для взаимного непонимания, раздражения, проецирования друг на друга всякого рода негативных стереотипов. Чувства эти более или менее подавляются, поскольку заниматься общим делом, постоянно их испытывая, совсем уж тяжело. Дело от этого, конечно, не выигрывает: со стиснутыми зубами и любезной улыбкой человек любой национальности быстрее устает, хуже сосредоточивается, больше болеет.

Болеют, безусловно, и те, и другие. Русские при этом жалуются больше на утомление, считая его причиной, а иностранцы — на экологию. И то, и другое — правда. Но не вся.

Кстати, о здоровье. В происходящем сегодня столкнулись несочетаемые (и даже непонятные без специального “перевода”, но об этом дальше) установки в отношении времени, денег, здоровья, успеха и, в конце концов, жизни и смерти. Взять хотя бы курение. В иностранных корпорациях с этим обычно строго: иногда до того, что “можно” только за воротами, о чем, ужасно при этом стесняясь, сообщит русский парнишка из “секьюрити”. Русские же, как известно, народ курящий. Лучшая метафора “про это” — история, рассказанная коллегой, жившим и работавшим в одном преславном американском институте в Калифорнии, где отношение к здоровью как к ценности “зашкаливает” даже по американским меркам. “Слава, ну зачем вы курите? Это же так вредно!” Слава, закуривая следующую: “А вот представь, Джерри, такую картину. Война, зима, окоп. Голодно, холодно, страшно. Постреливают. Ноги мокрые, когда в атаку — непонятно, где против-

ник — тоже толком неизвестно. Рядовой Иванов закуривает самокрутку. Сержант Петров ему: “Иванов, ну зачем ты куришь, это же так вредно!”

“Коммуникация в России — это ужас!” — этот вопль души знаком всякому “западнику”, пытавшемуся понять, “кто, кому и с каким эффектом передал информацию в России. Различия в ценностях и мотивах и сами по себе могут создать недоразумения, а в условиях искаженной коммуникации их даже порой невозможно прояснить.

Часть искажений можно отнести за счет формальных “правил игры” корпоративной культуры, которые являются само собой разумеющимися для одних “игроков”, но абсолютно чужды и непонятны (что важнее) другим. Что следует демонстрировать на службе, а что скрывать? О чем можно советоваться с подчиненными и о чем — с руководством? Какие вопросы задавать ни в коем случае не нужно? Разумеется, в разных культурах эти “негласные, но обязательные к исполнению” правила разные. Специфика ситуации у нас состоит в том, что одни все время должны угадывать, как “это” принято у других.

Существует, к примеру, особый вид наставничества, когда русские коллеги, работающие в иностранной корпорации, обучают новичка обращению с работодателями; адаптировавшиеся в такой корпоративной культуре охотно инструктируют желающих туда попасть, прямо объясняя, что может понравиться и как оно демонстрировать. Пока советы существуют в форме устной традиции. Более того, среди потенциальных претендентов на работу ходят свои легенды в отношении различных корпораций, опять-таки пока в устной форме. Но устные “черные списки” мест, куда идти работать не следует, совсем недолго сделать письменными. Все это — нормальные процессы ориентировки в иной организационной культуре. Может вызывать озабоченность только то, что эта ориентировка предполагает отнюдь не понимание, а лишь манипуляцию, и полна все тех же подавленных и явно негативных чувств, о которых шла речь выше. Так снаряжаются не для того, чтобы вместе работать, а чтобы “вспоминать Штирлица”. И еще: отсутствие прямой коммуникации между русскими и иностранцами на эти темы просто поразизи-

тельно. Как будто можно выучить язык партнера, повернувшись к нему спиной...

Но и нормы деловой коммуникации — это только “вершина айсберга”. Есть вопросы, которые не решаются простым усвоением “правил игры”. Русские мальчики, с ходу усвоившие требуемые Большим Братом стандарты коммуникативного поведения: энергичное рукопожатие, консервативный костюмчик, фирменную улыбку, настойчивость и оптимизм при строжайшем соблюдении субординации — все равно нелепы и смотрятся как пародия на райком комсомола, того гляди запоют “Мы рождены, чтоб сказку сделать былью”^{*}...Английский их хорош, да мотивчик уж очень знакомый. Пресловутая “американская улыбка” так же бессмысленна для русского наблюдателя (не несет информации, ничего не означает), как лишено смысла столь же одиозное ее отсутствие у русских для наблюдателя западного. И тот, и другой раздражаются, но не это важно: вопрос в том, как читается и интерпретируется поведение человека из другой культуры после того, как окончательно станет понятно, что он — другой. На что смотреть, к чему прислушиваться? В самом деле русский партнер сопротивляется, упрям и уклончив или не смотрит в глаза по совершенно иным причинам, а его “да” просто невидимо чужому глазу среди десятка “других сигналов”? Сотни подобных мелочей, интерпретируемых в разных культурах по-разному, создают дополнительный “скрип” в коммуникации — как песок, попавший в шестереночный механизм.

Те, кто приехал работать в Россию без защитной скорлупы привезенной с собой корпоративной культуры, довольно быстро начинают в таких вещах ориентироваться. Но есть явления, к которым привыкнуть невозможно. Среди них — неопределенность, отсутствие информации по всем мыслимым вопросам, полная ненадежность связи и, конечно, “русское время”. Континуум без начала и конца, в котором потеряны все ориентиры. Бесконечна фраза, допускающая любое количество придаточных предложений. Бесконечно обсуждение любого вопроса. Бесконечен поток опаздывающих на любую лекцию, когда бы та ни начиналась...

^{*}Один из оптимистических старых советских “хитов” патриотического содержания. Избыток оптимизма прочно и надолго ассоциируется с враньем и “промыванием мозгов”.

Возможно, это как-то помогает пережить неопределенность (как в восточной пословице “Когда караван сбивается с пути, умный вожатый перестает считать дни”). Возможно, установление четких границ вызывает сопротивление — ведь именно в этой стране сажали за десятиминутное опоздание на работу. Возможно, вообще ни одно официальное утверждение не принимается на веру, поскольку те, кто “составляет расписание”, за свои слова никогда не отвечают и меняют правила произвольно. Пример — вопрос русской научной дамы о сроках подачи тезисов на международную конференцию: “Здесь сказано, что “дедлайн” пятого, а когда на самом деле? — “?!“ — “Но это же разные вещи!” Есть и другие гипотезы. Но что бы ни породило “русское время”, западный человек, заброшенный в толщу российской реальности, от него по-настоящему страдает. Кроме того, остается практический вопрос: когда же все-таки начнется событие, объявленное к началу в два? Традиционная шутка, кочующая с одного научного семинара, проводимого западными преподавателями, на другой, такова: “Перерыв десять минут” — “Русских или ваших десять минут?” Достичь консенсуса можно даже в таком вопросе, но это труд, требующий взаимной терпимости и хоть немного взаимного же интереса.

Проблема межкультурного барьера очевидна и не исчерпывается обычным для международных контактов недостатком знаний друг о друге. В чем же ее истоки — разумеется, кроме всем понятной кособокой экономической ситуации, при которой классный инженер, работавший “на космос”, должен считать везением устройство в инофирму, торгующую стиральным порошком? Это, конечно, взаимопониманию культур не способствует, но только ли это?

Когда открылись границы и кончилась вынужденная многолетняя изоляция, смешались — столкнулись — не только совершенно разные организационные, бытовые, информационные культуры. Встретились, кроме того, *взаимные ожидания*. А ожидания в ситуации межкультурной изоляции — всегда мифы, фантастические конструкции, полные бессознательных стереотипов.

В “мифе России”, существующем у среднего западного человека, причудливо смешаны военная угроза (“русские идут”) и Большой театр, воспоминания отца о “встрече на Эльбе”, блины-мат-

решки, нынешняя мафия, страшные картинки из телерепортажей, Ельцин с Горбачевым и Бог знает что еще. Заметим в скобках, что стереотип “империи зла” воспринимался тем же усредненным западным человеком куда более доверчиво, чем аналогичные пропагандистские байки про “империалистическую угрозу” в России: скрыто-скептическое отношение к официальной версии, выраженное в политических анекдотах и просто языковых конструкциях, сразу возводило жирные кавычки вокруг любого фанерного лозунга. Другими словами, официальная версия врал про все, значит, и про это тоже. Да, общаться с иностранцами боялись, — но не самих же иностранцев! “Миф Запада” в голове рядового и тоже усредненного жителя Советского Союза был гораздо менее политизирован, а ведущая нота в нем — тоска по разнообразной, свободной, “красивой” жизни.

“Миф Запада” умер: смотри Си-Эн-Эн, сколько влезет, общайся с кем хочешь, поезжай в любую страну, где примут. И сияющий мифологизированный образ западного человека как носителя цивилизации и гражданских свобод резко потускнел: такова общая судьба фантазий о недоступном, когда оно становится доступным.

Этому разочарованию немало способствовало экономическое неравенство, о котором речь уже шла. Плюс старые-престарые, аж с Петровских реформ, традиции враждебного отношения к иностранцу-управляющему, нудно объясняющему, как сажают эту самую картошку. Приказал сажать картошку не он, *но не любить чужого удобнее.*

Плюс переживание геополитической ущемленности, потери роли сверхдержавы, превращения в страну “третьего мира”. И — нарастающее раздражение по поводу ситуации, в которой “они нам диктуют условия”. В этом смысле показательно письмо некоего “сердитого молодого человека” в “Независимую газету”, где он довольно запальчиво говорит, что политикам Запада не стоит рассчитывать на российских молодых: “Мне 22 года, и я еще не стар. Но я отнюдь не собираюсь видеть в США царствие небесное. А лет через пятнадцать сяду за клавиши и наберу заголовков: “Какая Америка нужна России” (“НГ” от 17.01.1998 г.).

Разумеется, эти настроения будут использоваться определенными политическими кругами. Такая опасность существует, и один

миф может сменить другой, минуя реальность. Межкультурные стереотипы без специальной работы по их прояснению и понимание — идеальный материал для построения новых мифов, и это тревожит.

Между тем в мировом опыте прецеденты такой работы есть — например, такой интереснейший подход, как транскультуральный групп-анализ. Регулярно проходят конференции соответствующей Европейской ассоциации, где профессионалы, принадлежащие к разным культурам, вырабатывают общий способ понимания сложных, а порой и взрывоопасных явлений, происходящих на границе различных “миров”. В отличие от десятков других, этот подход использует преимущественно модель малых групп непосредственного опыта, то есть профессионалы *не говорят о проблеме*, а пытаются работать с собственными бессознательными установками в отношении других языков, традиций, ритуалов и — шире — другой картины мира.

Понятно, что технология групповой работы в любом мало-мальски серьезном подходе требует, чтобы профессионал был “проработан” тем же методом, каковой он использует для лечения, обучения и любой другой работы с людьми. В этом смысле сессия малой группы транскультурального группаналитического направления будет узнаваема вне зависимости от того, проходит ли она в рамках профессиональной конференции, или по заказу межнациональной корпорации, или организована какой-либо миротворческой организацией в регионе, где недавно произошел этнический конфликт. “Рамки” такой работы те же, что и в группаналитической традиции вообще: она по определению достаточно длительная, ей свойственно четкое время начала и окончания каждой сессии, что бы ни происходило, позиция ведущего такую группу — молчаливый блажелательный нейтралитет с небольшим числом интерпретаций; свободная дискуссия не предполагает заданной темы, в кругу обычно сидит не больше 12—15 человек, которые “говорят о чувствах, а не об идеях”... Тема возникает как бы сама — от состава группы. И можно себе представить эти “темы”, когда конференция проходит в Гейдельберге, а среди участников — профессиональных групп-аналитиков — все мыслимые границы, напряжения и барьеры, характеризующие их культурную принадлежность.

Вот, например, состав одной из малых групп непосредственного опыта, проходящих на таких конференциях дважды в день, утром и вечером: двое из бывшей Югославии, серб и босниец; пожилая немка, овдовевшая в войну; еще немецкая коллега, родом из нынешнего Гданьска; ирландец — не прямо из Ольстера, но тем не менее; русский психолог; француженка марокканского происхождения; еще двое британцев; англичанин и валлийка; грек с очень плохим английским; доктор из Израиля, работающий с третьим поколением жертв Холокоста, и ведущая из Южной Африки. Первая фраза после окончания канонически долгой паузы принадлежит одной из немолодых участниц: “Я боялась ехать на эту конференцию, боялась услышать немецкий язык на улице. И сейчас стараюсь не смотреть в сторону Магды, потому что по возрасту ты могла бы в ЭТОМ участвовать...”

Напряжение сессий малых групп почти предельно, но и темп происходящих изменений впечатляет. Даже всего восемь полуторачасовых сессий — плюс ежедневная “большая группа” для всех участников — дают очень сильное ощущение процесса, движения от собственных предубеждений и бессознательных допущений к более сложному и реалистическому восприятию человека другой культуры, а через него — новое понимание собственных процессов множественного проецирования, неслучайных идентификаций и многого, многого другого, важного для понимания *своей собственной* культуры — и, разумеется, личности.

Это достаточно далеко от традиционных для делового мира структурированных тренингов: сессии малых групп такого рода проходят иногда крайне драматично, но при этом — а возможно, и в результате этого — налицо явный эффект возрастания истинного взаимопонимания, в чем авторам случалось не раз убеждаться.

Нынешний напряженный, по-своему абсурдный период новейшей российской истории полон не только противоречий, но и возможностей. И хорошо бы дожить до тех времен, когда выбор между квасом и кока-колой лишится какого бы то ни было символического значения и станет делом вкуса и только вкуса.

КЛИКУХА — “ПСИХОТЕРАПЭУТ”*

Каждый знает: пока он тихо-мирно живет-работает, где-то там, куда ему доступа нет, вполне может разрабатываться какой-нибудь Закон, который рухнет ему на голову и создаст массу неудобств. Будь ты автолюбитель, предприниматель или психотерапевт, в покое не оставят — и всегда для твоего же блага. Чтобы не чувствовать себя уж совсем беспомощными, заинтересованные лица образуют экспертные советы и затевают обсуждения. Так было и с моими коллегами, когда повеяло застарелой тоской, гербовой печатью и первым отделом. Никакого влияния на последующий ход событий этот текст — как, впрочем, и другие — не оказал.

***От редакции:** Начиная обсуждение предлагаемых законопроектов о психотерапии, редакция МПЖ (№ 3, 2000 г.) поставила ряд вопросов, касающихся не столько содержания статей будущего закона, сколько социального и профессионального контекста, на фоне которого идет его разработка. Почему и зачем нужен Закон РФ о психотерапии? Какова практика, которую он должен регламентировать, и круг специалистов, для которых он предназначен? Какой должна быть научная и общеправовая концепция закона? Известный московский психотерапевт Е. Л. Михайлова в своей публикации затрагивает именно эту сторону дела.*

В том правовом регулировании, какое нас ждет в случае скоропостижного принятия любого — подчеркиваю: любого — Закона

*Опубликовано в “Московском психотерапевтическом журнале”, 2001, № 1, с. 176—179.

о психотерапии, действительность не нуждается, если под действительностью понимать работу психотерапевта, а также интересы профессиональных групп. Тем не менее, появление в информационном пространстве текстов на данную тему я склонна считать благом.

Если бы проектов Закона было не два, а пять, было бы еще лучше. Пусть все заинтересованные лица договариваются о словах, формируют свое мнение (сколь угодно неожиданное или резкое), проясняют позиции. Тогда предлагаемое “всенародное обсуждение” — это нормальная фаза процесса становления профессионального сообщества. Повод пообщаться, если угодно. И в таком виртуальном, сослагательном наклонении этому процессу было бы хорошо просуществовать столько, сколько нужно для реальной консолидации представителей всех “помогающих профессий”.

Принятие же Закона в любой версии и с любыми доработками сейчас представляется попыткой научить младенца строевой подготовке. Не в том даже дело, что не получится, — младенчика жаль... Того и гляди, уродом вырастет.

Вот появляется этот самый Закон. Кто-то на радостях начинает “тащить и не пущать”. Кто-то объявляет себя единственным продавцом индульгенций и спешит построить какую ни на есть “пирамиду”, — между прочим, за счет врачей и психологов из регионов, у которых и так жизнь не сахар. Кто-то это обжалует в судебном порядке. Поскольку ни один российский закон не предполагает последовательного выполнения, все будут что-нибудь понемногу нарушать. Слетятся стаи проверяльщики: ублажаем комиссии, нанимаем юристов, кормим мелких чиновников... Пока весь этот театр абсурда — с тревожными слухами, кляузлами, показательными порками и прочими атрибутами отечественного законотворчества и последующей практики — себя не изживет, никто толком не сможет ни лечить, ни учить, ни консультировать. А профессионалы приличного уровня, для которых не в слове дело, в очередной раз придумывают, как себя назвать. Откочуют на “свободные земли”, как это всегда и делалось в России. Но тому, что останется от психотерапии, будет уже ни тепло, ни холодно.

И все же вновь замечу: тексты — спасибо разработчикам — полезны! Хотя бы тем, что напоминают о длительности и серьезности профессиональной подготовки, об институте супервизии и прочих хороших вещах. Только при чтении обоих проектов странное впечатление создается, будто бы самое главное — оградить “настоящую психотерапию” от полчищ недоучек и шарлатанов: так и рвутся, понимаешь! А по контексту вполне очевидно, что пафос совершенно в ином: самое главное — кто будет решать, какое обучение и какая психотерапия “правильная”, кто будет принимать прошения от раскаявшихся шарлатанов и недоучек.

А между тем, за последние пять-шесть лет множество хороших специалистов ушли из профессии. Пока что не насовсем, сохранив “двойное гражданство”. Почему? Уверяю, не только из-за заработков. Просто трудно себе представить социально успешного человека, которому всякий раз приходится с трудом объяснять миру, чем он, собственно, занимается. Я вижу проблему не столько в том, какими должны быть системы подготовки профессионалов, сколько в том, для какой жизни их готовить и какие ролевые модели профессиональной успешности могут предложить учителя.

В случае принятия Закона единственным чего-то стоящим персонажем становится психотерапевт-чиновник, держатель акций вышеупомянутых “пирамид”. Как он себя именует и кто есть по базовому образованию, неважно. Клонировать же он будет, естественно, себе подобных.

Что касается концепции будущего закона, то самая большая опасность мне видится в том, что ее в любом случае предполагается навязать. То есть исходить начнут не из того, что и как сложилось, а что будет велено считать существующим. А велит считать всегда кто-то. А у кого-то, по определению, всегда есть интересы. Не обязательно прагматические — а вот, например, чтобы все пользовались теми словами, которые ему знакомы. Очень, между прочим, действенный интерес. И очень большой соблазн объявить другие языки несуществующими — вместе с носителями. А вы говорите — концепция...

Ни в коем случае нельзя допустить законодательного закрепления какой бы то ни было “официальной идеологии”. Известный учебник называется “*Current psychotherapies*” — и, хотя по-русски множественное число слова “психотерапия” звучит непривычно, идея множественности подходов и языков, своеобразной “веротерпимости”, нуждается в защите, как ничто другое. И если можно хоть сколько-нибудь надеяться, что статус помогающих профессий изменится, то эта надежда — в разнообразных “партизанских действиях” везде, где можно: в образовании, бизнесе, силовых структурах, медицине, СМИ. И если когда-нибудь психотерапевту не надо будет косноязычно объяснять, что он делает и за что получает деньги, то только благодаря многоукладности профессионального поля и отсутствию “одной правды”.

Существующая практика — кто в лес, кто по дрова, а страшнее главврача зверя нет — далека от совершенства, но это наименьшее зло. Спору нет, свободный рынок профессиональных услуг (включая обучение) дик, а порой и безобразен. И все же лучше его придурковатые гримасы, чем *rigor mortis* “в законе”. Так что начинать думать о Законе — пора (и снова спасибо разработчикам Проектов). Принимать же его в любом виде — рано. На пять лет рано или на десять, зависит от процессов, в которых наши мнения и действия — лишь частность.

Когда будет не рано? А когда журналисты, прекрасно чувствующие, “чего изволит” публика, перестанут путать все слова с корнем “психо-”. Это станет неприлично для элементарно начитанного человека. Когда обращение за профессиональной помощью будет восприниматься как нормальное действие для людей разных социальных групп — и все они будут “иметь, куда пойти”. Кто-то из них предпочтет белые халаты, кто-то как раз отсутствие таковых, кто-то — психоаналитические дипломы в рамочке, чтобы как в кино, а кто-то и вовсе шаманский бубен. Это их дело, и важно, чтобы у них был выбор.

Когда о своем клиентском опыте отважится написать не Маша Арбатова. Когда внутри “помогающих профессий” выделятся отдельные территории по элементарному принципу сказки “Теремок”: что ты умеешь делать? Когда эту специализацию захотят

получить люди, для которых такой выбор — не бегство и которые могли бы преуспеть и в других занятиях.

Вот тогда наше общее дело перестанет быть в глазах окружающих маловразумительным занятием увлеченных маргиналов или осторожных неудачников — и это будет означать, что мы построили Мост на “тот берег”, в новое качество востребованной и внутренне дифференцированной профессии. А по мосту, как известно, ходить строем не рекомендуется.

БОЛЬШОЕ “О” И СОПУТСТВУЮЩИЕ ТОВАРЫ

Интервью для журнала “Харперс Базар”*

Почему-то психологов то и дело спрашивают “про это”: без сексуальной тематики журналы, видимо, хуже продаются. По отечественной традиции эта тема до сих пор считается слегка запретной, с грифом “только для взрослых”. А выйдешь на улицу — какое там, где они, эти запреты? По-настоящему “это” продолжает интересовать разве что подростков (пока). Меня же заинтересовало как раз видимое несоответствие между смыслом слова “интимный” и аршинными буквами, которыми оно нынче обычно бывает набрано.

Е.М.: Скажите, а с чем связано обращение именно к нам, ко мне? Сейчас очень много популярной литературы — старой, новой, переводной, отечественной, какой угодно. Фильмы, сайты, телепередачи — что, еще кому-то эта тема кажется безумно смелой и откровенной?

Ж.: В том-то и дело, что тема женской сексуальности как-то уж очень эксплуатируется, а Вы видите реальных живых людей, которые обращаются к психологу с реальными же проблемами. Что *говорят* по этому поводу звезды шоу-бизнеса — знают все, а с чем обращаются Ваши клиентки?

*Опубликовано ли это интервью и в каком виде, автору неизвестно: может, пополам с рекламой антицеллюлитного геля — а может, с врезками из других авторов или совсем никак. Текст переработан, от исходного отличается изрядно, так что в любом случае — “без базара”.

Е.М.: Вы очень точно сформулировали проблему: есть сексуальность как вечный источник энергии, удовольствий и проблем живого человека. И есть “сексуальность” как миф и, если угодно, как товар. Я имею здесь в виду не порнобизнес и проституцию, а совсем другое. Огромное количество людей, особенно молодых, можно убедить носить, говорить, отращивать или, наоборот, стричь, потому что “это делает Вас более сексапильными!” И не одна рекламная компания основана на этом древнейшем человеческом мотиве. Поскольку здесь задействованы большие люди и большие денежные потоки, возникает классический вопрос римского права: “Кому выгодно?”. Ну, в самом деле, кому нужно, чтобы молодая женщина выкладывала немалые деньги за “интимную стрижку повышенной сложности”, покупала “Энциклопедию секса” и съедобные трусики? Возможно, ее партнер всем этим доволен, но уж затеял это точно не он. И не она.

И о чем же мы с Вами будем разговаривать? О том, что испытывает женщина, или о том, что ей предписывается испытывать?

Ж.: Предписывается кем — партнером?

Е.М.: О, если бы только партнером! Понимаете, когда эта тема стала открыто обсуждаться, то эффекта новизны и, казалось бы, свободы хватило ненадолго. Мы почему-то продолжаем считать, что опровергаем советские ханжеские табу, а тем временем бал правят уже совсем другие табу. Что поделатъ, такова природа революций. “Революционеры” ведь всегда говорят, что больше всего хотят кого-то освободить, а сами банк и телеграф захватывают. Откровениями не только никого не удивить и уж тем более не шокировать, тут другое: откровения ли это? А если это просто пиар — частный, призванный продемонстрировать жизненную успешность, — то, что же все-таки происходит на самом деле? И стоит ли, например, нам с Вами об этом беседовать или лучше оставить эту самую “правду жизни” там, где она может быть сказана тихо и конфиденциально?

Ж.: То есть Вы хотите сказать, что на человека влияет та мифология сексуальности, к созданию которой приложили руку и Ваши, и мои коллеги?

Е.М.: Еще как приложили! Вот мы с Вами разговариваем и тоже, может быть, невольно добавим каких-то тревог, опасений или подсказок на тему “что носят”. Как бы нам этого избежать?

Ж.: Можно попробовать описать миф “современной женской сексуальности”. Вот один Ваш коллега в конкурирующем издании недавно делился своими соображениями о том, что мешает женщине быть сексуально привлекательной. У него все выходило просто: не говорить о себе, не стремиться к замужеству, стараться в постели, всячески расхваливать сексуальные достоинства партнера — и тебе обеспечена репутация “горячей штучки”.

Е.М.: И что, были возмущенные письма? Или иск о защите чести и достоинства?

Ж.: Если бы! По идее, я сейчас у Вас должна спросить, так ли это, но что-то не тянет.

Е.М.: Конечно, не тянет. Мы же с Вами понимаем, что это прямая и неприкрытая эксплуатация тайных женских страхов из серии “Достаточно ли я хороша или...?” Это не про сексуальность, это про зависимость: пусть мне скажут, какой я должна быть, а уж я изображу. Хоть множественный оргазм, хоть полное отсутствие интереса к устройству своей дальнейшей жизни — в угаре страсти, знаете ли, не до такого пустяка. При этом вранья словом и делом нужно так много, что профессиональные разведчики отдыхают. Зачем? Чтобы получить высокую оценку.

Это довольно распространенный тип сексуальных отношений, в которых роли расписаны не сегодня и даже не вчера. Задача женщины — привязать, приручить, убедить в том, что она лучшая и незаменимая. Зачем? Для иллюзии той самой стабильности, которая как бы совсем не нужна. Для “уверенности в себе как в женщине”. И на всякий

случай: успешность, как известно, привлекательна, по нынешним временам *положено*, чтобы “с сексом все было в порядке”.

В популярной литературе времен сексуальной революции на Западе был такой иронический пассаж: “Лучшие годы я провела в погоне за Большим “О” — Оргазмом с большой буквы, то есть. В девяностые годы в той же литературе раздался совсем другой клич: дорогие мои, а не надули ли нас? Может, чем тренировать мышцы влагалища “по Кигелю”, можно было чем-то еще заняться?”

На первый взгляд кажется, что роль мужчины в такой паре состоит в том, чтобы оценивать, контролировать, держать в состоянии напряжения. При ближайшем рассмотрении часто оказывается, что этот “властелин и повелитель” весь в сомнениях: что-то тут не так, дурят нашего брата. И вся эта история, как мне кажется, не про секс, а про власть и подчинение, контроль и доверие, игру в отношения — и собственно отношения, которых в этой модели нет.

Мне кажется, что эта история не о “злодее и угнетателе” и его “безмолвной жертве”, а о том, как два человека под видом близких отношений вступили в игру по сценарию с вполне понятными ставками. Психологический риск минимален, даже очень негативные оценки — в пылу ссоры, например, — это всего лишь оценки исполнения роли. Выигрыш понятен, но и цена высока и хорошо известна: вот этот (эта), который (ая) тут ворочается, — это кто? А я что здесь делаю? И эта проблема, уверяю Вас, не решается с помощью “маленьких эротических ухищрений”. Хотя бы потому, что они тоже “ухищрения”, как и все то, что к этой проблеме привело.

Ж.: Кстати, об ухищрениях и мифах. В западных женских журналах довольно часто высказывалась мысль, что симулировать оргазм, что называется, нехорошо: подрывает доверие и вообще не очень достойно современной раскрепощенной женщины. Там обычно советуют все обсуждать. А Ваши клиентки обсуждают?

Е.М.: Возможность обсуждать предполагает два важных вопроса: что? и с кем? И, уверяю Вас, тема оргазма не исключение. Тут другое: много ли тем и с каким результатом “она” с “ним” вообще может обсуждать без взаимных обвинений, обид и острого чувства сожаления по поводу того, что вообще завела этот разговор. Острых тем много: деньги, конфликт интересов... В конце концов, умение вести диалог на тему “великолепного секса” не может быть исключением: ключевое слово здесь не “секс”, а “диалог”. Тем более теперь, когда назвать своими словами вроде бы можно все — но что будет услышано и понято, большой вопрос.

Тут, пожалуй, обратная зависимость: многие люди, и мужчины и женщины, бывают в высшей степени удовлетворены своими сексуальными отношениями едва ли не только потому, что “разговаривать не надо”. Вроде бы и так все классно. “Откровенные обсуждения” чего-то понимаются в том смысле, что кто-то что-то делает не так и надо, мол, тактично поправить. В частности, мужчине следует подробно и доступно объяснить, каковы рычаги управления будущим головокружительным оргазмом его подруги. Но кроме всей этой незатейливой политграмоты, с которой он тоже может ознакомиться в любом мужском журнале, есть еще другие факторы, к которым “великолепный” не имеет отношения.

Ж.: Что Вы имеете в виду?

Е.М.: Просто жизнь, в том числе физиологическую: сексуальная чувствительность женщины зависит от десятка явлений и обстоятельств. Период цикла. Просто физическое самочувствие — перегрузки и недосып могут “выключить” так, как даже очень неумелому любовнику не удастся. Заботы и тревоги: если по поводу СПИДа и беременности еще что-то можно делать общими усилиями, то с угрозой потери работы или болезнью ребенка — вряд ли. Вчерашняя слишком активная тренировка в тренажерном зале. И, разумеется, та самая “экзаменационная установка”: все ли в порядке? достаточно ли я хороша в постели? Все в порядке, девушка, давайте зачетку.

Считается, что “настоящая тигрица” во время акта забывает обо всем. Между тем, именно семейство кошачьих должно бы напоминать о простом факте: если мимо предающихся любви кота и кошки ненароком пробежит мышь-самоубийца, кот ее даже не заметит, а кошка отвлечется. Самое занятное, что именно кошек почему-то считают сексуально распущенными или, по-нынешнему, — раскрепощенными. Так что, если возвращаться к теме “обсуждений”, то главная трудность и главный секрет состоит в том, что далеко не все ключи от сексуального удовольствия находятся в ведении партнера. А это принять потруднее, чем техническую ошибку в выборе эрогенной зоны.

Ж.: Мне кажется, что нашим женщинам все-таки еще трудно и непривычно говорить о своих сексуальных переживаниях даже между собой.

Е.М.: Обратите внимание на свою формулировку: Вы сказали “переживаниях”, а это значит, что речь идет не о поведении, — что “она” делает или не делает, — а о чем-то другом. О том, что она *испытывает*, и здесь есть любопытная проблема, которую обычно не учитывают. Знаете, в каком-нибудь дешевом сентиментальном чтиве встречаются такие пышные обороты: ослепление страсти, буря чувственного чего-то там, любовное опьянение. В другой лексике героиня скажет, что она “жутко завелась”, “отключилась” и “плохо помнит, как они оказались на полу (на столе)”. Стиль поведения и речь — разные, а явление — одно: сильному сексуальному переживанию сопутствует измененное состояние сознания. Не так, как обычно, воспринимается время и пространство, в том числе и “пространство” собственного тела. Например, могут исчезнуть его границы, а уж странные и даже физиологически невозможные ощущения, всякого рода иллюзии и, напротив, утрата чувствительности по отношению к вполне реальным явлениям (вроде телефонного звонка или садовых ножниц, на которых ты, оказываешься, все это время лежала) — это вполне обычно. Похоже, что всякие “фейерверки” и “полеты” дамской эротической литературы —

это слабая попытка обозначить словами странные или, точнее говоря, особые ощущения, для которых в бытовом языке слов нет. На то оно и измененное состояние сознания. Ведь и память ведет себя по-особому: многие фактические подробности исчезают, самонаблюдение выключается — вплоть до “не знаю, что на меня нашло”.

“Обсуждать” ощущения вообще трудно, есть такое тонкое высказывание: “Мы можем согласиться в том, что жареная картошка вкусна. Но ты никогда не узнаешь ее вкуса у меня во рту”. Согласитесь, что описать любовный экстаз с протокольной точностью невозможно: или это не протокол, или не экстаз. Могут быть яркие метафоры, но их богатство отражает, скорее, языковую одаренность, чем сексуальность как таковую. Похоже, что часто “предельная откровенность” говорит как раз о слишком ясном сознании, фиксирующем действия, — и об отсутствии того самого особого состояния, которое лишь косвенно обозначается как “блаженство” или “кайф” — в зависимости от языковых предпочтений говорящей.

И, между нами, цель обсуждения тоже важна. Допустим, есть жанр “откровенного разговора с подружкой”: побольше фактических подробностей — а он что? а ты? — этакое уютное девичье порно. Интересно же, как оно у людей. А реальное переживание обсуждать вроде бы и незачем — разве что с очень близким человеком, будь то мужчина или женщина. То есть с таким человеком, кому есть дело до твоих реальных переживаний, как бы косноязычно или странно они ни описывались. Или уж следует писать стихи, как Сафо: “Но немеет тотчас язык, по телу легкий жар пробегает...” — и далее по тексту.

Ж.: Сафо ведь отличалась нетрадиционной сексуальной ориентацией?

Е.М.: Да, но это дела не меняет. Оргазму совершенно все равно, кто или что его вызвал: сокращения с частотой 0,8 в секунду, сопровождаемые “вегетативной бурей” и измененным состоянием сознания, — это выплеск энергии. Огню ведь все равно, загорелся он от спички, зажигалки или

увеличительного стекла, — было бы чему гореть. А сапфическое описание эротических переживаний до сих пор считается лучшим в европейской литературе; занятно, что с языка на язык ее переводили преимущественно мужчины.

Ж.: Я слышала, что молодые девушки сегодня гораздо чаще, чем раньше, говорят о влечении к другим девушкам.

Е.М.: Говорят — о, да — не просто говорят, а прямо-таки декларируют. Но я не вижу здесь ничего, что так уж сильно отличалось бы от “разговорного жанра” вообще, о каком бы сексе речь ни шла. Почему человеку что-то нравится или хочется и как он или она поступает с этими своими желаниями — это один вопрос, а почему или зачем человек об этом сообщает окружающим — совсем другой. И в этом “другом вопросе” заключены отношения не столько с “предметом страсти”, сколько с правилами или нормами, если угодно, модой. “Что носят?” — “Голубое и розовое”. Носят, заметим, не все и не везде, — но то же самое можно сказать и о любой другой моде. Порой трудно понять, что здесь “ориентация”, а что — игра, карнавал.

Впрочем, есть еще один аспект, о котором часто забывают: как только вследствие достижений фармакологии сексуальное поведение женщины “отвязалось” от репродукции, путь к так называемым нетрадиционным ориентациям стал полностью предсказуем. Потому что нет ничего, что на уровне эмоциональном отличает секс гетеросексуальный, гомосексуальный или, если хотите, виртуальный, кроме вероятности зачатия в случае “традиционного”. Фактически, выведя за скобки тему продолжения рода, превратив секс в *отдельную* сферу жизни, люди перенесли все на “игровое” и индустриальное поле, — и следовало ожидать последствий.

Ж.: Означает ли это, что современная женщина в меньшей степени испытывает давление разного рода сексуальных табу, ведь сами нормы становятся все свободнее?

Е.М.: Боюсь, что это не совсем свобода, скорее смена системы правил. Раз мир признал, что сексуальная сфера важна, то

следовало ожидать появления новых правил, которые могут показаться “невесомыми” разве что по сравнению с правилами старыми. Существует, хотя ее никто не видел, какая-то Норма, которой как бы положено следовать, а если от нее отклоняться, то осторожно и по-хитрому, иначе это отклонение от Нормы кто-то заметит и скажет, что у такой-то сексуальные проблемы или комплексы. Бывают времена, когда эта Норма очень жесткая и рассмотреть ее легко, так как она заявляет о себе правилами суровыми, при том еще и ханжескими. Такая норма может быть уродливой, смешной, как пугало: кто-то к ней относится серьезно, кто-то — нет, но она хотя бы видна. А бывают времена, когда кажется, что полная свобода и все делают, что захотят. В частной сфере жизни для молодой женщины сегодня есть возможность подписаться под любой нормой: она может вести целомудренную жизнь прихожанки своего храма или жить по правилам, которые диктует какой-нибудь “Космо”. Это вроде как дело личного выбора, и ни за какие варианты этого выбора на товарищеский суд никого не тащат, но!...

Человеку свойственно все равно себя с кем-то сравнивать и от чего-то отсчитывать, *ориентировать* себя по отношению к чему-то. Неважно, идет ли речь о еде, круге чтения или сексуальности, тем более что есть и читать можно в одиночку, а сексуальное поведение обычно предполагает наличие второго человеческого существа, у которого своя норма и которое (который) тоже себя с кем-то сравнивает и от чего-то отсчитывает. Поскольку традиционная женская роль предполагает — да что там предполагает, требует! — привлекать, нравиться, соответствовать ожиданиям, постольку и получается, что женщины гораздо чувствительнее и уязвимее по отношению к тому, что диктует эта самая Норма. “Все ли со мной в порядке?” “Достаточно ли я хороша?” “Следует ли мне быть доступной? Малодоступной? Неприступной?” — в смысле “В какую игру со мной готовы играть?” “Каковы те женщины, с которыми он меня сравнивает?” — а он, конечно же, сравнивает. Я тоже могу его кое с кем сравнить, только что с этим сравнением делать?” Ну, и так далее...

Искомая информация черпается из женских журналов. А как еще можно убедить себя в том, что с твоей сексуальностью все в порядке? Даже вполне довольные своей жизнью и не сомневающиеся ни в себе, ни в партнере дамы нет-нет да и заглянут как бы невзначай на страничку с каким-нибудь невообразимым опросником, типа “Достаточно ли Вы темпераментны?”, а то и “советами сексопатолога” не побрезгуют. Нарасхват идут “письма читательниц”, телевизионные признания “про это” и вообще все, что хоть как-то позволяет понять, на территории какой Нормы мы сегодня, черт побери, обитаем. Покажут какого-нибудь малопривлекательного извращенца — фу, гадость! — у нас, глядишь, все и нормально; расскажут о невероятной страсти — есть на что равняться.

Создается впечатление, что борьба с “пережитками социалистического прошлого” несколько затянулась и потеряла смысл: уже, похоже, никого и ничем шокировать нельзя, сексуальная раскрепощенность победила всех и все, включая здравый смысл. Между тем, что-то незаметно, чтобы реальные, живые люди, как мужчины, так и женщины, стали счастливы или несчастны как-то по-другому. При ближайшем рассмотрении легко видеть, что лишенная оттенка запретности “раскрепощенная сексуальность” все равно является частью большой игры на тему “Жизнь удалась”.

Как-то незаметно оказалось, что о сексе не только можно, но, пожалуй, даже нужно говорить, и что-то подсказывает, что разговор этот не о сексе как таковом.

Ж.: А о чем?

Е.М.: Знаете, у психологов много всяких классификаций, и к ним тоже не стоит относиться как к абсолютной истине. Тем не менее, говорят о “сексе, ориентированном на отношения” — и “сексе, ориентированном на достижение”. Все, что связано с темами жизненного успеха, самоутверждения, количества побед или количества оргазмов — короче, все, что измеряется, это про достижение и в таком случае другой человек становится средством, объектом: я ис-

пользую его в своих целях, практических или психологических. “Он так ко мне относится, что сделает для меня все, что угодно” — это ведь про власть, а не про близость, не правда ли? Потом, правда, часто оказывается, что “чего-то не хватает” — что неудивительно: достижения, по определению, требуют постоянного подтверждения.

Борьба за власть — это всегда своего рода “гонка вооружений”, тогда оказывается, что женская сексуальность — это что-то вроде карты в колоде, с помощью которой можно играть в разные игры. Сегодня эта карта объявлена тузом, что делает острее игру. Но все-таки игры, в том числе и сексуальные, это *часть* жизни, если угодно, ее украшение, но еще не вся жизнь. Уверю Вас, живые и разные женщины гораздо сложнее и интереснее той картинки, “эталона сексуальной привлекательности”, которая смотрит на нас с каждого второго рекламного щита с призывом что-то купить. Между нами говоря, живые и разные мужчины, — во всяком случае, миновавшие подростковый возраст, — это прекрасно понимают.

СЛОВАРЬ СКЕПТИКА

В какой-то момент остро захотелось ввести в обиход и сделать жанром цеховые шутки. Без соли и перца легко привыкнуть важничать, а это вредно для работы. Предлагалось назвать рубрику “Сerpентарий” — не прошло; последователи тоже как-то не объявились. Веселятся все больше “частные лица”, для которых этот текст вроде бы не предназначался. Может, оно и к лучшему.

Альянс, терапевтический — извращенные отношения сотрудничества между двумя людьми, которые систематически друг друга мучают, озадачивают, дурачат и выводят на чистую воду. Не похож ни на какие другие отношения, — во всяком случае, Ваш психотерапевт будет на этом настаивать. Наличие этой странной связи позволяет как-то пережить все описанное ниже.

Гипноз, классический — это когда кто-то мягко и вкрадчиво или, наоборот, громко и резко сообщает Вам, что с Вами сейчас должно происходить: “Ваши веки тяжелеют...” Если Вы достаточно устали и не имеете особенных причин возражать, можно и заснуть. Вам все равно, а человеку приятно.

Гипноз, недирективный (“мягкий”, эриксоновский) — это когда Вам очень ненавязчиво, как бы между прочим сообщают, что, может быть... когда Вы достаточно устали... и Ваши руки спокойно лежат на коленях... никто не знает, есть ли у Вас желание заснуть... но если есть, это может произойти... Может. Проверено. С представителями Н.Г. — в отличие от их “классических” сороди-

чей — возможно почти человеческое общение, лишь иногда переходящее в легкий транс. Как правило, они в среднем моложе и не столь преисполнены убийственной серьезности по отношению к тому, что делают. Если преисполнены, — это классические гипнотерапевты, прошедшие курсы повышения квалификации.

Голотропное (оно же холотропное) дыхание, а также так называемый *ребефинг* — это когда Вы особенным образом дышите, отчего Вам сначала очень плохо, а потом может быть уже и хорошо. Дыхательные методики получения необычных переживаний известны с древности и применяются по сей день — например, подростками в интернатах, где практикуется легкое придушивание казенным полотенцем с последующим фейерверком ощущений (так называемый “кайфец”). Как и с дыхательными психотерапевтическими техниками, важна квалификация того, в чьих руках полотенце.

Групповая психотерапия — это когда Вы и еще 10 — 11 с виду вполне приличных людей садятся в кружок и ждут, что ведущий группы будет что-то делать. Чего — ха-ха! — в большинстве подходов группа так и не дожидается и начнет бултыхаться сама, обычно в форме безобразных склок (см. *Истинные чувства*). Обалдев от полной абсурдности ситуации, люди начинают со страшной силой “осознавать” и “лично расти”. Если при этом ведущий группы просто молчит, — считайте, еще повезло.

Гуманистическая психотерапия — способ дать Вам понять, что Вы не принимаете на себя ответственности (столько, сколько хотелось бы психотерапевту), не находитесь в контакте со своими истинными чувствами (см.) и что головные боли не пройдут до тех пор, пока Вы не начнете “работать с проблемой”, причем “здесь и теперь”. Вы, понятное дело, отбиваетесь руками и ногами, но поздно. Если жизнь свела Вас с “гуманистом”, то присловье “драть тебя некому” к Вам уже неприменимо. Здесь и теперь, во всяком случае.

Защита, психологическая — естественная человеческая склонность искренне считать тот самый виноград зеленым, забывать неприятное, перекладывать вину на других и менять тему разговора, когда он становится тягостным. Когда Вас будут пытаться всего этого лишить, Вы, конечно, будете сопротивляться. В зави-

симости от Вашей изобретательности и упрямства можете удостоиться звания Трудного Клиента Юда или выторговать незначительные поблажки, что приятнее. В процессе работы с защитой и сопротивлением и терапевт, и клиент значительно повышают свою квалификацию.

Истинные чувства — то, что не принято проявлять в приличном обществе. Если хотите порадовать своего терапевта, то вместо конфет и цветочков под праздник шмыгните носом, плюньте на пол и скажите ему (ей) все, что Ваша мама запрещала производить вслух.

Клиент (в психотерапии, консультировании) — это Вы. В отличие от ПАЦИЕНТА, который должен только вынести все муки лечения, К. обычно принимает в процессе живейшее участие (так называемый принцип партнерства, см. также *Альянс терапевтический*). Если Вас смущает этот термин, напоминая о парикмахерской, бане, борделе и т.д., лучше всего использовать свои самые непотребные ассоциации, обратив их себе во благо. (Психотерапевты сплошь этим занимаются, иначе просто не смогли бы работать.) Например, смешными и неприличными картинками, приходящими в голову при слове “клиент”, Вы можете слегка отвлечься и не скрипеть зубами, когда психотерапевт входит в раж, работая с Вашим сопротивлением.

Контракт, терапевтический — своего рода протокол о совместных намерениях, обычно устный. Надо же хоть как-то договориться о том, чем, зачем (а также сколько и за сколько) вы собираетесь заниматься. С фразой: “И каков же будет наш терапевтический контракт?” — при первом знакомстве лучше не вылезать: психотерапевта, который знает, что это такое, Вы своей просвещенностью сильно напряжете, а того, который не знает, — поставите в неловкое положение. В обоих случаях Вам же хуже будет.

Личностный рост — дорогостоящая иллюзия необходимости все время меняться, “искать себя”, опять же — “осознавать”. Люди, предающиеся этому пороку всерьез, обычно невыносимы. Одно хорошо — они проводят столько времени в “группах личностного роста”, а также медитируя и “осознавая”, что их почти никто не видит.

Недирективность — это когда Вас слушают, сочувственно кивая и проникновенно глядя в глаза, а на финальный вопрос: “Что же

мне теперь делать?” — душевно так отвечают: “А как Вы сами думаете?” Тут можно проявить *истинные чувства* (см.).

Нейролингвистическое программирование (НЛП) — говорить надо “эн-эл-пи” — это когда все, что Вы думаете-делаете-видите-слышите-ощущаете, развинчивается на маленькие-маленькие детальки. Предполагается, что собрать можно по-новому и, разумеется, лучше. В процессе сборки-разборки часто едет крыша, зато потом — как новенький. Оставшиеся детали лучше завернуть в тряпочку и положить в карман — на случай, если захочется вернуться к исходной несовершенной модели. “Эн-эл-писты” (они же “эн-эл-перы”) часто не имеют ни медицинского, ни психологического базового образования, они выше этого. Энергичны, оптимистичны. От других пород психотерапевтов отличаются крайней уверенностью в себе и тем, что обещают всем, все и сразу. Существуют “народные” версии подхода, осуществляемые в массовых масштабах: импортный римейк бессмертного “Мы рождены, чтоб сказку сделать былью...” Слухи о безотказности и всемогуществе метода, равно как и о полной власти над окружающими каждого, кто прошел трехдневный семинар, несколько преувеличены.

Осознание — склонность обращать внимание на то, на что его большинству людей обращать незачем. Например, на то, что вдруг, ни с того, ни с сего, подумалось, помстилось, припомнилось, приснилось или приспичило. Так, когда Вы еще были приличной женщиной (например) и мысленно, без всякого там осознания, раздевали красивого парнишку в автобусе, Вы могли на секунду покраснеть и забыть этот тривиальный эпизод навсегда. Не то теперь: Вы проходите психотерапию и обречены *осознавать* — а вот в каком порядке снимаются вещички? Похож ли очаровашка на соседа или, на радость Вашему психотерапевту, на племянника? А что это Вы глубоко вздохнули и несколько опечалились? И так далее, пока не проедете свою остановку.

Перенос — это когда Вы, с точки зрения своего психотерапевта, пытаетесь излить на него (нее) чувства, адресованные какой-нибудь там троюродной бабушке, а то и маме (папе). Если бабушка была душка и чувства тому соответствуют, Ваш П. будет назван “позитивным”. Негативный П. Вам припишут в том случае, если бабушка была редкостной сукой, а Вы по малолетству ей не все

сказали и вымещаете зло на психотерапевте. Таким затейливым способом многие психотерапевты как бы снимают для себя проблему клиентской любви и нелюбви. До известной степени Вам так даже лучше: чего только на этот самый П. не спишешь! Чтоб было еще интереснее, придуман также *контрперенос* — что, собственно, мешает Вам напоминать бабушку своего психотерапевта? Если хотите поставить на место зарвавшегося “людоведа и душелюба”, твердо посмотрите в глаза (на психоаналитической кушетке не получится, что следует учесть) и мягко спросите: “Вы уверены, что полностью осознаете свой контрперенос?”

Проблема — то, что Вы таковой не считаете, а Вас собираются заставить ее решать.

Психоанализ — это когда Вы говорите все, что приходит в голову, а Вас слушают с непроницаемым видом ровно 50 минут. Дорого. Затягивает, хотя тому, кто этого не испытал, довольно трудно объяснить — чем. Если существо с нежным румянцем, на вид лет двадцати, именуется психоаналитиком, — не верьте. Скорее всего, имеет в виду что-то другое. Но если то же самое говорит шестидесятилетний профессор, автор монографии по психиатрии или, допустим, философии, — тем более не верьте. Соответствующей подготовки ни юное создание, ни ученый муж явно не получали, хотя и по разным причинам. Спросите очень нейтральным тоном: “А у кого Вы, профессор (молодой человек, барышня и т.д.), проходили анализ?” — и ожидайте ответа с видом полнейшей невинности. Что это будет за ответ, неважно, — Вы же не сядете в кресло к стоматологу, который себя так назвал без достаточных на то оснований? Ваш вопрос задан, скорее, из воспитательных соображений — может статься, отучите профессора (молодого человека, барышню, доктора и т.д.) считать окружающих уж совсем дремучими идиотами. Как хорошо известно из фильмов, “ихние” психоаналитики обычно вывешивают свои дипломы на стеночку. Теперь Вы знаете, зачем.

Психодрама — это когда Вам предлагают проиграть то, что и рассказать-то язык не повернется. У психодраматистов вообще не больно поговоришь: “И тут он меня послал на...” — “Покажи, как ты туда пошел. Кто в группе мог бы сыграть...?” Отправляясь на психодраматическую сессию, следует рассовать по карманам как можно больше носовых платков. Зачем — потом узнаете, тогда же и оцените совет.

Психотерапевт — тот (та), кто в течение каждой сессии старается думать не только о себе, но и о Вас, — в отличие от всех, кто Вам встречался до сих пор: они даже и не старались. Думая, по мере сил, о Ваших делах, психотерапевт делает все возможное для того, чтобы Вам это когда-нибудь стало ненужно.

Симптом — как раз то, что считаете проблемой Вы. Плохое настроение, головная боль, трудный ребенок. Не надейтесь убедить своего психотерапевта, что дело действительно в этом. Даже когда поможет, поверить все равно не поверит и будет считать, что работал все-таки с тем, в чем был убежден.

Супервизор — наставник Вашего психотерапевта, его неумолимая “профессиональная совесть”, регулярно напоминающая о себе подобно тени отца Гамлета. Наличие С. не означает, что психотерапевт зелен и неопытен: хорошим тоном у них считается “получать супервизию” до седых волос и вставных зубов. Если Вам удастся создать своему психотерапевту достаточно проблем, Ваш “случай” может стать предметом супервизорского разбора. О том, что кое-кто побывал у своего С., Вы догадаетесь по некоторым “изменениям курса” и слегка прибитому виду кое-кого.

Телесно-ориентированная психотерапия — это когда с Вами мало разговаривают, зато заставляют двигаться и прислушиваться к своим ощущениям, которые, по идее, все сделают и расскажут лучше, чем грешный и лукавый язык. Психотерапевты-“телесники” смотрят на тело многозначительно и важно: гадают по нему, как по “Книге Перемен”, придают высокий смысл каждому чиху и единодушны во мнении, что тело следует любить. Что привело их к этой идее, неясно. Склонны работать с немислимыми позами, странными ощущениями и озадачивающими прикосновениями. (То, о чем Вы сейчас подумали, — неверно. Идя работать, телесный психотерапевт кладет свою сексуальность в ботинок, как ключ, — чтобы не потерять.) Научили худому психотерапевтов других ориентаций — раньше те все больше разговаривали, теперь же каждому невтерпеж поднять Вас со стула и начать мудрить. В остальном телесные психотерапевты люди вполне милые и безвредные, обычно среднего роста и без примет.

СЛОВАРЬ СКЕПТИКА — 2 **(to whom it may concern)**

Аналогичная попытка пошутить с бизнес-тренерами находитесь в стадии разработки: надежда на рождение “смеховой культуры” умирает последней. Чем профессия непонятней, тем, похоже, ее представителям меньше свойственно иронизировать на собственный счет: не до смеху. Тем более, что многие действительно успешные тренеры на моих глазах за несколько лет превратились в Заказчиков или владельцев Тренинговых Компаний (см. словарные статьи).

Почему 2? А так. Или не так: “Словарь скептика — 1” был посвящен прелестям психотерапии. Нынешний достянул свои грязные лапы до “Настоящего Дела” — практики корпоративных тренингов.

Аналитическая записка тренера — тщетная попытка объяснить с Заказчиком. Состоит из разделов, следующих друг за другом с печальной неизбежностью. В первом тренер живописует свои лучшие намерения и рассказывает, как прекрасно все могло бы быть, если бы... Это — возможность намекнуть Заказчику, что “хамить по телефону не надо, врать по телефону не надо”, мол, если бы тренер знал, что придут не избранные, а наказанные, не в четверг, а в воскресенье, и не мальчики из отдела рекламы, а тетки из бухгалтерии, то все бы было куда как здорово.

Во втором разделе А. з. рассказывается о том, как случилось то, что случилось. Заказчик, конечно, об этом уже узнал из своих

источников, поэтому тут можно не стесняться и противопоставить гнусным измышлениям свое кристально-чистое видение ситуации. Грубить не следует, но намекнуть на “проблемные зоны”, а также “отдельные особенности отдельных товарищей” — не лишне.

В третьем разделе А. з. тренер обычно рассказывает Заказчику, какие выводы тому следует сделать из случившегося. Типичным, хотя и не оригинальным выводом является продолжение отношений “улучшенной планировки”: в таком случае все то, что было раньше, оказывается не прискорбным недоразумением, а консультативно-диагностическим этапом.

Заказчик — тот, чьи интересы тренеру полагается блюсти чуть ли не больше своих собственных — и кто почему-то делает все, чтобы этого не допустить.

Командообразование — безумная, хотя и благородная попытка заставить функционировать как одно целое то (тех), что само себе отъело бы пару-тройку голов, кабы не боялось отравиться. Бывают и другие команды, но они-то как раз этого тренинга не заказывают. Даже у вполне прожженных людей где-то в глубине души есть, видимо, светлая вера в то, что, скопом покидав друг друга через забор (веревку), можно стать единой семьей. То ли в семье не жили, то ли просто резвиться нравится. Английское название *teambuilding* еще переводят как “Построение команды”, что отражает реальную мечту Заказчика о том, что с помощью этой магической манипуляции он и в самом деле всех построит. Если бы такое было возможно, всякая работа прекратилась бы вовсе, о чем честный Тренер должен сообщить Заказчику в мягкой, тактичной форме, а главное — вовремя. Впрочем, в бытовой и телевизионной речи легко заметить, что всех живо интересует, чья команда, а уж какая она — всего лишь вопрос возможностей владельца.

Корпоративная культура — весь объем местных суеверий, никогда не соблюдаемых правил, трижды в месяц меняющейся политики, личных пристрастий руководства и традиций типа заказа пиццы по телефону. Считается, что *К. к.* следует развивать и что без нее — никак. Истинная *К. к.* обычно живет в чулане, где хранятся швабры, и подобна наследнику, которого держат в зато-

чении; по ночам она стонет и грохочет ведрами, пугая охрану. Двойник же самозванец используется многообразно — например, с ним обычно знакомят тренера.

Раздаточный материал — бессменный атрибут “правильного” тренинга, позволяющий тренеру перевести дух, а участникам с важным видом открыть красивые папки и... сделать то же самое. Идеи, заключенные в папке, обычно поражают своей глубиной и бесспорностью. Все, что можно и нельзя, следует свести к четырем разновидностям: четыре типа чего угодно впечатлят кого хотите. Самые махровые банальности обычно набраны крупно и пародируют активный мыслительный процесс: “ЧТО ДЕЛАТЬ С ЭТОЙ ПРОБЛЕМОЙ? РЕШАТЬ ЕЕ, РАССМОТРЕВ СО ВСЕХ СТОРОН”. Сторон, конечно, четыре.

Несмотря на это, обойтись без *Р. м.* невозможно: непременно последуют жалобы на отсутствие *Структуры*, упреки и подозрения. По всей вероятности, почтение к *Р. м.* восходит к древнейшим временам и отражает рудиментарное магическое мышление (почитание скрижалей, свитков и других видов сакральных текстов, характерных для корпоративных культур всех времен и народов).

Ролевая игра — один из любимых инструментов тренера. Достаточно унылая процедура, в ходе которой серьезные и занятые люди должны представить себя в ролях, обычно им и никому другому не свойственных, и явить чудеса эффективного решения высосанных из пальца проблем. Происхождение пальца отследить практически невозможно: того, кто первым сыграл в “Высадку на Луне”, “Нашествие инопланетян” и прочие кораблекрушения, давно похитило НЛО. По окончании, по задумке, захватывающего действия, предполагается подробный и еще более захватывающий анализ. При этом тренер как бы ни в чем не виноват — просто игра такая.

Структура — видимость порядка и предсказуемости, причинно-следственных связей и прочих декоративных элементов, позволяющих забыть о реальности: генеральный в депрессии, акционеры собачатся с топ-менеджерами, все решается “под ковром” и вообще — порядка нет даже в Америке, особенно одиннадцатого сентября, ближе к вечеру.

Картинка с соблюдением аристотелевской логики жизненно необходима: любой “четкий структурированный тренинг — фабрика грез, виртуальная игрушка, где правила жанра незыблемы.

При недостаточном количестве внешних признаков *С.* народ бывает недоволен тем, что тренинг слишком похож на жизнь: платили как бы за Голливуд, а им обыденность скрытой камерой. “Побольше бы структурности...” При введении *С.* в избыточных дозах они обычно (вместо благодарности) вяло цедят: “Все-таки это теория, хотелось бы поближе к жизни...”

От передозировки “тренингового Голливуда”, впрочем, никто еще не умирал, а некоторые так даже подсаживаются и желают испытать еще (см. *Тренинголизм, Зависимость тренинговая*).

Тренинговая компания — организация, предлагающая и продающая тренера состоятельным господам на соответствующих условиях.

Тренинголизм (Зависимость тренинговая) — патологическое пристрастие к тренингу. С другими видами зависимостей (пищевой, никотиновой, алкогольной) *Т.* объединяет то, что, как и прочие, он является попыткой удовлетворить какую-либо потребность, естественным образом никак не удовлетворяемую. Различают пассивный *Т.* — непреодолимую тягу к участию в тренингах, и активный *Т.* — столь же неумное желание постоянно их проводить. Страдающие *Т.* обычно отрицают неконтролируемый характер своего влечения, что характерно и для других видов зависимого поведения.

Тапочки тренерские — пристойная на вид, но удобная обувь, в которой “не в лом” целый день приплясывать у *флип-чарта*. Перспективные модели *Т. т.* допускают наличие специальных чечеточных набоек, отравленного стилета а-ля Джеймс Бонд и крылышек от Hermes.

Флип-чарт — несложное, хотя и дорогое устройство для закрепления и перелистывания больших листов с красивыми и не всегда осмысленными схемами. Младший брат классной доски, неотъемлемый реквизит “правильного” тренинга, необходимый тренеру как шест — стриптизерше или цилиндр — фокуснику. Тренинг можно считать “фирменным”, если участники время от

времени выбегают к Φ . и твердой рукой рисуют квадратики, соединенные стрелочками (см. *Структура*). Тренеру же вменяется стоять у Φ . исключительно лицом к аудитории и указывать на заранее заготовленные перлы мудрости, не глядя, выворачивая руку до легкого щелчка в плечевом суставе. Таким образом он показывает, что находит перлы мудрости вслепую и пока не разваливается на части (владеет содержанием и конечностями).

Эффективность тренинга. Как и черт, поминается часто — как и черта, не многие видели ее воочию. Впрочем, в подавляющем большинстве случаев она появляется, как Неуловимые Мстители, совсем не там, где ее ждали. Зачастую это оказывается проблемой: цель-то поставили заведомо недостижимую, а вот на тебе. Лишь немногие Заказчики и Тренеры умеют договориться о результате так, чтобы потом не держать друг на друга зла. Остальные продолжают “разрабатывать критерии эффективности” с упорством, достойным лучшего применения.

ГДЕ КОНЧАЕТСЯ МАГИЯ ПСИХОДРАМЫ, ИЛИ ROLE REVERSAL БЕЗ ГРАНИЦ*

Общаться с коллегами в моем случае можно и не делая “психологического лица”. Наши конференции по сей день проходят не как прочие: “главным блюдом” остаются мастерские, а не доклады. И заглянуть, и поучаствовать может любой, кому интересно. Дверь открыта: нам важно продолжать “слышать” шум улицы, голоса наших клиентов, сигналы точного времени — звуки мира, откуда мы ненадолго отлучились, чтобы пообщаться, и куда вот-вот вернемся работать.

Пожалуй, нам не обязательно договариваться о порядке задавания вопросов — к своему сообщению я вопросов не ожидаю, оно само, скорее, вопрос. Речь пойдет о смутном пока еще ощущении изменений, происходящих в функционировании ролей в коммуникативном пространстве, о “склубившемся в зеркалах” ролевом дискурсе.

Говорить об этом естественно не выводами, к которым еще не было времени прийти, а наблюдениями-зарисовками. Многие из них показались мне настолько неслучайными и требующими нашего с вами профессионального осмысления, что я решила ими поделиться.

Начну со своего рода мемуаристики, она же литобзор. В свое время — лет двадцать назад, пожалуй, — было ужасно модно кстати и некстати поминать Бахтина, и редкое гуманитарное по-

* Доклад на психодраматической конференции 6.02.2003, опубликован в “Журнале практического психолога” № 6 за 2003 год.

вестование обходилось без “карнавализации” и “полифонии”. В жизни, как вы понимаете, ни тому, ни другому места не было, — зато в текстах!.. В какой-то момент писать о “выворачивании наизнанку” и “народной смеховой культуре” стало уже просто до неприличия банально, а тем временем все вокруг переменялось. Авторы сами не заметили, как карнавальная стихия не на шутку расшалилась уже не в ссылках и текстах, а в самой жизни. Тут выяснились некоторые любопытные подробности.

Например, оказалось, что знаменитое “выворачивание наизнанку” имеет смысл ровно до тех пор, пока “лицо” и “изнанка”, равно как и “верх” с “низом”, стабильны и четко, — возможно, до абсурда и отчаяния четко, — определены. В этом ли секрет тоски по карнавалу именно в эпоху так называемого застоя, не знаю — да и выяснять это нынче не ко времени. Зато все мы имели возможность наблюдать, как лишенный пространственных и временных границ карнавал утратил и свою культурную (в том числе терапевтическую) функцию. Неделя предписанного и предсказуемого карнавального безумия, после которого наступают все тот же порядок, освеженный и очищенный, — это одно. Всплески, а затем и ровный поток бесконечного выворачивания туда-сюда — это другое. Не оттого ли самыми распространенными словами-паразитами нынче стали противоположные по смыслу “как бы” и “на самом деле”?

Кстати, одно из неспецифических определений слова “роль” — в Оксфордском словаре оно идет первым — это “привычный или правильный способ использования, обращения с чем-либо”. Правильный, привычный — то есть определенный или, как говорят некоторые философы, определенный. Для того чтобы “принять на себя роль” или “поменять ролями”, надо, как минимум, знать, где она начинается, заканчивается и вообще находится — в пространстве или времени. Иначе получается никакой не обмен ролями и тем более не карнавализация, а нечто бесформенное, неопределенное, без начала и конца. Концов, как известно, в нынешней реальности не удается найти почти никогда. “Смена веков” затянулась и из действия превратилась в процесс, притом вполне самодостаточный. И превращений в ходе этих кувырков и сальто вроде бы немало, но почему-то никакие уже не удивляют: раз ожидать можно от кого угодно и чего угодно, то и удивляться нечему.

Известно ведь: чтобы произвести некое магическое действие — все равно какое, хоть бородавки вывести наговором, хоть психодраматическую сессию провести, — нужно правильно выбрать время и пойти в какое-нибудь особенное место. Что случается с учениками чародеев, произнесшими заклинание не к месту и не ко времени, тоже хорошо известно: эффект бывает сильный, но обычно не тот. Вот фея-крестная была грамотным специалистом, отсюда и хорошо известное условие: “Но помни, что ровно в полночь...” Уж наверное волшебство ее было покрепче нашего, но отчего-то она придала ему определенную форму. Получилась удачная терапевтическая интервенция. И ни при каких обстоятельствах Золушка не может вернуться на кухню в карете, бальном платье и под утро, даже если очень хочется. Так уж это дело устроено: мир; где *все возможно*, доступен — но не в любой момент, не везде и не навсегда. В его бесконечном — в смысле степени выраженности — очаровании есть начало, середина и конец.

То же и со старшим братом психодрамы — театром. Спектакль, даже если это нечто отчаянно авангардное, все-таки предполагает время и место, — что и отличает его от не-спектакля. Разумеется, есть еще “акции”, уличные хэппенинги и прочие радости нетрадиционных театральных ориентаций. Однако попытки оных вовнести нечто под нашим пасмурным небом вызывают у непросвещенных прохожих не искомый эстетический шок, а знакомое до оскомины безысходное раздражение: господи, это еще что такое? И так-то ничего не поймешь... да и не стоит, наверное... что хотят, то и воротят... ну, времена... — А это что за уроды скажут? — Да кино, наверное, снимают. Ну их на фиг, пошли отсюда.

Бывают формы компромиссные, учитывающие народный взгляд исподлобья: например, загримированные актеры в немислимых костюмах встречают публику у входа — то есть действие слегка вылезает из своей квашни, “убегает”. Но все-таки встречают у входа в театр, в зал, а не у выхода из ближайшего метро. Там сообщение в 99 случаях из 100 попадет не по адресу, ничего не добавляя к удовольствию или неудовольствию тех, кто уже купил билеты и готов к “встрече с прекрасным”. К тому же у метро всюду шуруют другие “прикинутые”: рекламная акция табачной марки, кивера и ментики “Русского бистро”, в дымину пьяный человек в

костюме Чебурека... Только творческое состояние понапрасну растрачивать да костюмы зря трепать. Понятно, что смелые приемы такого рода “стреляют” только там и тогда, когда и где являются отступлением от несколько обветшавшей традиции. В нашем контексте — “не стреляют”. Стрельбы у нас другие, вполне всерьез и желательно с применением бронетанковой техники. — Это что, кино снимают? — Да нет, Белый Дом горит...

Но перейдем к картинам сегодняшним. Роли и обмен ролями — вот что может вызывать наш понятный интерес: родное и понятное для всякого психодраматиста знаковое поле. Что произрастает на этом поле “здесь и теперь”?

Не знаю, смотрели ли вы по телевизору занятный сюжет о некоем клубе очень состоятельных людей, которые на своем карнавале развлекаются “отдельно взятым” в его рамках “выворачиванием наизнанку”. Сами господа переодеваются и гримируются бомжами, их супруги — уличными проститутками. Первые по-настоящему просят милостыню, вторые по-настоящему снимают клиентов; от серьезных неприятностей их страхует участвующая в розыгрыше милиция, а банк — серьезный, с настоящей суммой в настоящих долларах — срывают те, кто наберет больше мелочи или больше предложений от других скучающих господ на хороших машинах. Сняв роли и воссоединившись в своем клубе, игроки отмечают состоявшийся перформанс шампанским. “Дом Периньон”, надо полагать, *на самом деле*. Как отмечают удачный день находившиеся “при исполнении” милиционеры, тоже можно догадаться. И здесь не обходится без своего карнавала: почему-то их не так давно одели в кургузые курточки из кожзаменителя — любимую униформу пригородной шпаны. Что это — злая шутка или почти гениальное прозрение модельера, увидевшего подиум своей мечты в “Улице разбитых фонарей”?

А в это же время в фойе кинотеатра висит объявление, в котором некие отроки предлагают сколотить компанию для ролевой игры, — конечно же, компьютерной. У одного человека может быть несколько ролей — в разных компаниях, да и в пределах одной компании роли могут меняться. И когда дети слышат словосочетание “ролевая игра”, ни один из них не имеет в виду какую-нибудь там школьную самодеятельность с накладными бородами.

Что-то уж очень легко стало присваивать роли. Любые. Никуда не входя по-правдашнему, ничего не проживая и ничем новым в этих ролях не становясь. Может быть, поэтому есть и совсем иначе обходящиеся с ролями молодые люди, которые в роли не просто входят, а влезают всерьез и надолго, обживая отдельно взятые реальности. Кстати, это слово еще не так давно употреблялось исключительно в единственном числе — теперь же множественное как-то даже привычней.

И вот избравшие путь “пропускания через себя” рубятся на мечях по-настоящему, создают исторически достоверные костюмы по технологии того времени, в которое играют, а по ночам тихо щелкают кусачками, сплетая настоящую кольчугу из проволоки, купленной на строительном рынке. Это даже больше правда, чем правда историческая: рыцари-то, поди, сами себе кольчуг не плели. Так что и за самого, и за оружейника, и за менестреля на турнире. И всегда где-то рядом находится невидимая, но важная грань. Если она все-таки больше похожа на изгородь с калиткой — место и время! — то это игра такая, увлечение-приключение, плюс хорошая компания себе подобных. Если же грань зыбкая и “гуляет” туда-сюда, то вместе с ней гуляют “заблудившиеся в отражениях” потерянные души, толком не знающие, кто они такие. Возможна и натуральная психологическая эмиграция в иную реальность — с концами.

А тем временем у меня дома раздается телефонный звонок от молодой дамы, с которой мы когда-то вместе обучались психодраме. Теперь она участвует в телевизионном проекте, в котором нашлось вроде бы место и для чего-то такого... *как бы* психодраматического. И вот какой разговор у нас происходит:

- Ты еще психодрамой занимаешься?
- Да, а что?
- Тут у нас такой-то канал, вполне конкретные ребята... и... ты их, конечно, знаешь. В общем, туда хорошо подойдет что-нибудь психодраматическое.
- Скажи об этом больше, если можно.
- Ну, там как бы два героя, и все время поступает информация, которая меняет рейтинг доверия аудитории то к одному, то к другому. Как бы социометрия, аудитория может перемещаться по студии. Я в творческой

группе, и мне надо быстренько этим ведущим какую-нибудь психодраму показать, лучше всего — выбор протагониста.

— Настоящего?

— Да какого угодно! Это же телевизионщики, им главное — картинка.

Разговор буксует и в конце концов увядает. Между прочим, один из многих разговоров такого рода, постепенно подтверждающих смутные догадки о новых искушениях и испытаниях, которые ожидают психодраму в культуре, где все в большей степени “главное — картинка”. А смонтировать можно все что угодно, с символического балкончика высшей власти — первой ли, четвертой ли — поступает заранее подготовленная информация: то так, то этак. И чем больше шоу претендует на достоверность, тем очевиднее послание “с балкончика”; и только наивный зритель смотрит, разинув рот, как спят, моются и ругаются “детки в клетке за стеклом” — или как кипят шекспировские страсти политического бомонда. Зритель же искушенный если чем и интересуется, так скорее почти видимой в кадре рукой кукловода. Так и спрашивает: а кто стоит за...? Получается, что самые искушенные и дальновидные — это те, кто никаким ролям “из плоти и крови” значения вообще не придают: кого надо по сюжету, того и снимут. Все, что “показывают”, — неправда по определению. Совершенно неважно, настоящие “девичьи слезы” или глицериновые, побагровел политик Эн от гнева или от неудачно наложенного грима: все как будто жаждут правдоподобия, претендуют на “неприкрытую правду”, — но никто при этом в нее не верит.

Похоже, что мы начинаем осматриваться в изменившемся мире, где принятие ролей — не более, чем провокация на уровне текстов, сиречь стиб: кто не спрятался, я не виноват!

Когда-то Агату Кристи едва не выгнали из соответствующей ассоциации писателей-детективщиков за то, что она сделала убийцей — рассказчика. Нельзя, не по законам жанра! Такого рода скандал бывает в любом сообществе, как благонравном, так и не совсем: “разборка по понятиям”, на самом деле. Вот тут недавно смотрели мы симпатичную телевизионную киношку по этому

сюжету — с Райкиным-младшим в роли Пуаро, все вполне добротнo, и никого это самое нарушение законов жанра не только не шокировало, а даже и не интересовало. Не прикалывало как бы. Время изменило не столько роли, сколько способ обращения с ними. Не то видели, притом не в условных декорациях английского поместья, а гораздо ближе. Настолько ближе, что... возникает отчетливое желание вернуться к азам теории ролей. Что-то происходит с практическим аспектом ролевого поведения.

А все мои зарисовки с натуры — это лишь некоторые разрозненные симптомы происходящего в культуре процесса, который хорошо бы попытаться теоретически осмыслить. Это *на самом деле* важно. Часто цитируемое высказывание наших клиентов, что, мол, “у нас и так вся жизнь сплошная психодрама”, может означать сегодня не совсем то, что мы думаем. И тем более непонятно, что оно станет означать завтра. А понять бы стоило — хотя бы для того, чтобы не оказаться в ситуации работы с “каким угодно” протагонистом, которому вовсе не обязательно быть “настоящим”, потому что “картинка” в нем не очень-то и нуждается. Не заблудиться бы в отражениях где-то там, на границе между “как бы” и “на самом деле”.

Когда открываешь сборник стихов Марины Бородицкой и читаешь: “Четырнадцатый год, национальность — эльф. Возьми меня в поход от Сиракуз и Дельф...” — это одно. Когда во время недавней переписи населения народ для прикола писал “эльф” в графе “национальность” (замотанные переписчики при этом даже не врубались), это совсем другое. Профессионалу же и в этой ситуации “ролевого беспредела” важно “не плакать, не смеяться, но понимать”.

ТЕНЬ СОГЛАСИЯ И ПРИМИРЕНИЯ*

Журнал журналу рознь: говорят, что грядет новый научный бум и читателю снова станет интересно, “над чем работают, о чем спорят ученые”. Статья в хороший новый журнал написана на материале тренингов по анализу семейной истории, которые я провожу последние 8 лет: в Москве и в регионах, для профессионалов и для “населения” — всегда, когда представляется возможность. Помимо всяких других смыслов — а их множество — это еще и прощание с веком, каким он видится в историях наших семей.

Много лет назад случалось мне бывать в одной интеллигентной компании. Очень читающей, слушающей “голоса” и крайне либеральных взглядов: ни “аморалка”, ни отсутствие постоянной работы, ни экстравагантные перформансы на грани бытового хулиганства, ни прочие — с точки зрения тогдашней официальной морали — прегрешения за таковые, конечно же, не считались. И даже наоборот. Книжку у кого-то из своих “зачитать” — это да, это некрасиво, а выпить и заснуть под вешалкой или заявиться втроем, без звонка и с ночевкой — с кем не бывает? Любые нескладности внешности или огрехи в манерах не только что осуждать, а даже и замечать тоже не следовало: хаживали и бывали “душой компании” толстые и тощие, лысоватые и заикающиеся, незнамо во что одетые и состоящие на учете в психоневрологическом диспансере, с вечными стрелками на несвежих чулках и гасящие окурки “Явы” обо что попало. Мы — одно из моих “мы”

тех юных лет — были, конечно же, “выше этого” и воображали себя ужасно свободными и терпимыми.

Издваться — и даже довольно зло — можно было совсем над другими вещами: если кто-то обнаруживал незнание “культового” текста или давал маху с ударением, например. Был, помнится, один молодой человек, неоднократно замеченный и в том и в другом, плюс фрикативное “гэ”: хде и кохда. “Ехо” не пародировал и не клевал только ленивый, и как-то никому в голову не приходил наивный вопрос: почему картавить на еврейский манер или пришепетывать на эстонский — можно, а “суржить” — нельзя? Почему именно здесь проходит граница “свободных взглядов” и именно этого человека всей компании так легко и безопасно сделать “козлом отпущения” и нравиться себе еще больше?

Пожалуй, сегодня я знаю ответы — все-таки двадцать пять лет работаю с группами и, как и все мы, наблюдаю бесконечные перемены норм и образцов, в том числе и фонетических. Но вспоминать лицо этого Владика, не понимающего, почему над каким-то его рассказом *так* хихикают московские барышни с цветаевскими челками, мне по сей день немного стыдно.

И это воспоминание не позволяет забыть об одном очень важном обстоятельстве: “драконовы зубы” нетерпимости посеяны в нашей ментальности во множестве, и, возможно, ни один из нас, — какими бы “проработанными” профессионалами мы себя ни считали, — не знает всего даже о своих (прежде всего о своих!) предрассудках: расовых, этнических, гендерных, классовых, возрастных, субкультурных...

Да, вечный поиск виноватого — в паранойальном пределе “врагов и диверсантов” или, в более мягкой версии, “тех, кто всех купил (продал)”, — это процесс, имеющий печальную историю длительностью в несколько поколений. Объекты отчуждения и преследования менялись так часто и причудливо, что “нежелательное” родство, фамилия, профессия или поведение могли явиться откуда угодно. Вечный “счет до двух”: “наши и не наши”. “Не наших” следует выявить, найти и обезвредить — это уникальная питательная среда для формирования латентной нетерпимости как глубинного конструкта. Если он сформирован,

опробован, хоть раз оказался одобрен “фигурами власти” и психологически удобен — ибо прост... Если он не вызывает сомнений и действительно удовлетворяет потребность в незатейливом, зато универсальном объяснении любых противоречий и может ответить на любые вопросы... Если систематически “отсчет” начинается по новой, но остается все тем же удобным “счетом до двух”, то совсем не сложно “притянуть” любых новых персонажей — притом с любой стороны противостояния.

Более того, при наличии самого этого механизма достаточно небольшого увеличения неопределенности (следовательно, и тревоги) — и новые “не наши” непременно найдутся. Кто следующий и где в очередной раз пройдет “контрольно-следовая полоса”, порой и угадать невозможно, но, к сожалению, даже специальное образование с его сознательно разделяемыми ценностями не гарантирует свободы от самого механизма.

И все-таки как-то “разрядить” — а то и демонтировать — эти старые, но вполне взрывоопасные механизмы нужно. И иногда даже получается.

С этой проблемой можно работать по-разному. (В сущности, с ней просто нельзя не работать — если занимаешься практической психологией, она все равно о себе заявит.) Любая тренинговая группа — будь то трехлетняя учебная программа или трехдневный бизнес-тренинг — в фазе дифференциации “расцветает” интенсивным поиском объекта негативных проекций: ну-ка, где тут “не наши”? В зависимости от целей работы в каких-то случаях этот процесс достаточно более или менее контролировать — на то существует групповой контракт и правила взаимодействия на тренинге. В каких-то случаях — скажем, работа длительная, вне зависимости от ее “жанра” — тему скрытых предрассудков и связанной с ними нетерпимости приходится всерьез прорабатывать, для начала сделав тайное — явным. “Драконовы зубы” коварны, а закономерности их прорастания прямо связаны с нормами той субкультуры, где происходит работа.

Вот, скажем, длительная учебная группа будущих психодраматистов — здесь, среди “хелперов”, достаточно принята мысль о необходимости понимать связь чувств и убеждений с личным (в том числе ранним) опытом, люди отважно работают с тяжелым,

травматичным материалом и — не без сопротивления, как водится, — обнаруживают в себе источники гендерных, возрастных, национальных предрассудков. Это тяжелая, порой “кровавая” работа, — но необходимость ее в профессиональной среде вопросов не вызывает. Не любить стариков или подростков “вообще” — или мужчин, женщин, представителей какой бы то ни было национальности — “непрофессионально”: такого рода установкам полагается “проработываться”. Если это так, это “моя проблема”, мне ее и решать.

А есть, казалось бы, куда более поверхностная тема, прикосновение к которой немедленно “выпускает на волю демонов”: старая и всем надоевшая история о психологах и врачах, психологах и педагогах, а в последнее время — еще и социальных работниках. Все они в учебных группах есть — и до поры до времени мирно и конструктивно сосуществуют. Но обязательно настает момент, обычно связанный с закономерной групповой тревогой, усиливающей взаимные проекции, когда одна участница будет заподозрена в том, что потихоньку всем ставит диагнозы (“А что еще ждать от психиатра?”), а руководитель успешного социального проекта будет объявлен едва ли не дезертиром из области “настоящей” (читай: малооплачиваемой и неблагодарной) терапевтической работы. И приходится открывать “ящик Пандоры” и напрямую работать с фантазиями, проекциями и страхами, связанными с профессиональной принадлежностью, темами власти и влияния, “наших” и “не наших”.

На мой взгляд, психодраматический метод дает возможность смоделировать ситуации такого противостояния и напрямую поговорить о чувствах, которые в них были испытаны, — и, возможно, почувствовать и понять что-то по-новому. Эта тяжелая, но неизбежная часть групповой работы каждый раз поражает участников тем, как глубоки и ядовиты корни вечного “счета до двух” — “мы и они” — и как непросто их отслеживать даже в относительно безопасной ситуации и с помощью специального — и имеющего большой опыт именно такой работы — метода.

Но, впрочем, я собиралась писать не об учебных группах и не о психодраме и социодраме, хотя они и заслуживают особого упоминания в связи с темой. Дело даже не в том, что во всем мире

психодраматисты — начиная с самого Джей Эл Морено — активно и успешно уже лет восемьдесят разрабатывают на практике тематику понимания и принятия “другого” (Морено, скажем, давным-давно, в совсем еще не “политкорректные” времена работал социодраматически с расовой нетерпимостью).

Дело, пожалуй, в инструменте: обмен ролями (role reversal) дает удивительную возможность увидеть “теми” глазами и почувствовать “той” шкурой, как это — быть “другим”. Чтобы это сработало, нужно очень много предварительной подготовки и соблюдение целого ряда внутренних законов метода, на чем сейчас останавливаться не время и не место. Подчеркну другое: из всего многообразия инструментов практической психологии и психотерапии ничто не ведет к опыту переживания “другого” такой простой и прямой дорогой, как старый добрый обмен ролями: “При этом можно увидеть и исследовать разные формы искажения межличностного восприятия, а потом исправить их в действии”, как сказано в “Словаре психодраматических терминов”.

А рассказать я собиралась совсем о другом жанре своей практики. О работе с семейной историей, существующей в нашем Институте* давно — и в рамках коротких мастерских для профессионалов, и в виде тренинга “Сундук с наследством” для так называемого “населения”.

Это поле — история рода, семьи — таково, что в нем самой жизнью густо перемешаны соединенные кровными узами самые разные “наши” и “не наши”. Механизм отторжения “чужих” не просто нагляден: он предстает в осознаваемом и доступном для вмешательства виде как часть неотрефлексированного, но вполне реального социокультурного наследия, и в этом качестве может быть прожит и изменен — хотя бы до какой-то степени. Попытаться достичь “национального согласия и примирения” в себе самом — это, возможно, не самый простой и короткий путь к толерантному сознанию, да и не за этим люди приходят на тренинги такой тематики. Как правило, ими движет внутренняя потребность проработать какую-то часть трансгенерационного травматического опыта: что-то “болит и не отпускает”, тревожит или даже просто интересует.

*В Институте групповой и семейной психологии и психотерапии.

Но, прикасаясь к почти любым сюжетам семейной истории, мы немедленно оказываемся лицом к лицу с оппозицией “свои и чужие” и необходимостью ее так или иначе снимать. Ведь и эта гуляющая бабушка, и этот дед-пропойца, и красный командир, и белый офицер, и чудом уцелевший и почему-то не эмигрировавший профессор классической филологии, и потомственный питерский пролетарий — все они кому чужие, а кому свои. А с ними вместе — подкулачники и буржуазные спецы, “десятитысячники” и доблестные чекисты, и бывшие в плену и окружении, и бойцы заградотряда, и презренные космополиты, и даже стилиги и тунеядцы вместе с гневно клеймящими их комсомольцами... Это все “наше наследие”.

“Отменять” какие бы то ни было его части или искать в пределах своего генеалогического древа “козла отпущения” означает обращение со своим внутренним миром все в той же “грамматике нетерпимости”. Попытаться понять и принять историю семьи часто означает усложнение своей картины мира, отважную попытку перестать “считать до двух” и находить иллюзию безопасности в своей принадлежности к “правым” и “нашим”. И, конечно, основной инструмент психодраматического метода — обмен ролями — в такой работе реализует свой потенциал в полной мере. Уже само физическое уподобление “другому”, влезание в эту шкуру обычно кардинально меняет дело, а ведь из этой “шкуры” еще можно посмотреть на себя как “другого”...

Направленность такой работы одним словом определить трудно: “короткая групповая психотерапия” это или “развивающий личностный тренинг”? Видимо, и то, и другое. Плюс еще что-то, поскольку материалом для работы обычно является геносоциограмма, как ее понимает Анн Анселин Шутценбергер, у которой в свое время я этой работе училась:

“Теносоциограмма позволяет получить наглядное социометрическое (аффективное) предствление о генеалогическом семейном древе с его характеристиками фамилий, имен, мест, дат, связей и главных событий жизни: рождений, бракосочетаний, кончин, значимых болезней, несчастных случаев, переездов, выборов профессий, выходов на пенсию.(...) Таким образом, выявляется сказан-

ное и несказанное, текущие и прошлые социально-аффективные связи и отношения. Мы работаем с вербальным и невербальным, “провалами”, “забвениями”, разрывами, “изломами души”, синхрониями и совпадениями дат рождения, смерти, бракосочетания, разводов, несчастных случаев, появлением болезней, провалами на экзаменах, сближениями, годовщинами или значимыми для личности датами, с семейным и социально-экономическим окружением, с личной психологической реальностью. И все это для того, чтобы человек лучше понял свою жизнь и смог придать ей смысл”*.

И понятно, что тема “не таких”, “тех и этих” в любой семейной истории разыгрывается широко и мощно; а каждый из нас — многочисленных обычно потомков запутанных, обрубленных и перекрученных российской историей “дерев” — носит в себе весь нестройный хор отторжений, искажений, пристрастных толкований. Так уж устроены все “семейные саги”:

“Всякий брак — не соединение двух людей, как думают, а соединение или сшибка двух кланов, двух миров. Всякий брак — двоемирие. Встретились две системы в космосе и сшибаются намертво, навсегда. Кто кого? Кто для чего? Кто чем? Пришли его родственники, его мир, и открыли в безумном любопытстве глаза, и увидели ее родственников, ее мир, и хотя, кажется, никогда больше за семнадцать лет не было такой обширной встречи, такого открытого, глаза в глаза, противостояния, но — сшибка тогда началась и длилась все эти годы неотступно, иногда незримо, неведомо ни для кого”**.

В общем-то, ничего трагического и взывающего к особо интенсивному осмыслению здесь, казалось бы, нет: и в мирной, благополучной и устойчивой жизни семейное “двоемирие” время от времени взрывается, и рецепта от этого не придумано нигде...

*Шутценбергер А.А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы. М., 2001.

**Трифонов Ю. Другая жизнь. Собр. соч. в четырех томах, т. 2. М.: Худ. литература, 1985.

Но в истории российской семьи заложено больше “мин”, ибо личная неприязнь или “не тот” выбор мог легко обернуться гибелью — чьей-то или всего рода: “и семь раз отмерь, а семью отрежь, и смотри — отрежь, кого надо”. “Кого надо” все равно не получилось, поскольку агрессоры и жертвы снова менялись местами, “те” становились “не теми” даже на памяти одного поколения.

“Мина, на которой подорвалась наша семья, была начинена старой, но все еще сухой взрывчаткой. Оказывается, папины родители происходили из духовенства и пели в детстве в одном церковном хоре. Держалось это в страшном секрете. (...) Остатки большого и дружного когда-то семейства сумели вырваться из-за колючей проволоки спецпоселений только во времена хрущевской оттепели, но отогреть их она уже не могла.(...)”

Конечно, папа не удержался и поделился страшной семейной тайной с молодой женой. “У тебя жестокая, бессердечная бабушка, — часто повторяла мне потом мама. — Она очень меня обижала. Мы даже питались отдельно, а ели за одним столом. Они — заливного поросенка, салат из помидоров и огурцов с рыночной сметаной, а мы с твоим папой — селедку с вареной картошкой без масла. А чем я провинилась? Я была всего лишь молодой, неопытной дурочкой. Ну, назвала ее пару раз “поповским отродьем”, но ведь я была дочерью старого большевика!”

Так бесплодная классовая ненависть порождает ненависть человеческую, живую и плодovitую”*.

Впрочем, для того чтобы прочувствовать внутренний конфликт и искушение нетерпимостью, не обязательно даже иметь в своем роду буквально тюремщика и заключенного, достаточно и обычной семейной саги, где всегда есть место презрению к “не таким”. Опыт сострадания и понимания труден, доступ к нему порой открывается не сразу. Может быть, именно поэтому на тренинги такой направленности чаще приходят люди, переживаю-

*Шевякова Л. Очень интересный роман. М., 2000.

шие кризис идентичности и готовые к изменениям. Случается, что уже в запросе прямо звучит тема объединения “тех и этих”; “ближним рубежом” чаще всего оказывается тема несогласия отцовской и материнской ветвей рода, враждебность третьего поколения семьи по отношению к кому-то из родителей протагониста.

Вот фрагмент одной из таких работ. Анна — молодая женщина 24 лет, у нее годовалый сын, достаточно преуспевающий муж. Интересно, что именно муж обратил ее внимание на то, что ее отношения с отцом постепенно улучшаются: “Правильно ты деда стала в гости приглашать”. Вот что сказала группе Аня в начале своей психодраматической работы:

“Моя мать русская, отец — татарин. Отец ушел из семьи, когда мне было 13 лет. Я очень долго была на него обижена, почти ненавидела. Сейчас это прошло, мы даже встречались несколько раз, но я хочу больше почувствовать отцовскую линию. Там все тоже очень непростое: он сам в своей семье был как чужой. И все-таки я его дочь и уже взрослая достаточно, понимаю, что своего места не найду до тех пор, пока буду себя чувствовать склеенной из двух половинок”.

Нет возможности остановиться подробно на всех перипетиях и поворотах этой большой работы, но несколько фрагментов геносоциогаммы Анны заслуживают рассмотрения. Живя в Средней России, папа называл себя Романом: для Анны было важно “вернуть” ему его настоящее имя — Равиль. (Имена, как и даты, важны — немало поступков, как прекрасных так и чудовищных, совершались и продолжают совершаться “во имя”.)

Что касается самого способа работы, то в этом случае важно было выстроить полную “живую геносоциогамму” — воплотить с помощью вспомогательных лиц (других участников группы) максимум родственников по обеим линиям. А это означает, что любому из них можно выразить свое отношение, чувство, а потом поменяться ролями и услышать это “теми” ушами — в точности так, как было сказано. Любому из них можно задать вопрос, поменяться ролями и ответить за него. Любой из них с помощью все того же обмена ролями может рассказать историю

своей жизни — и смерти, если человека уже нет в живых, — от первого лица.

Мы работаем не с фактами, а с развернутым текстом семейного предания, как оно “записано” в памяти и чувствах протагониста; все вспомогательные лица потому так и называются, что “работают на протагониста”, — порой преодолевая собственные барьеры перед исполнением ролей, отмеченных для них чуждостью, неприязненным отношением или, наоборот, крайней значимостью и идеализацией.

Для Анны разговор с Отцом — а ее психодраматический Отец явно был моложе реального — это диалог с внутренней репрезентацией отцовской фигуры, с “отцом в себе”. И именно на этом уровне мы пытаемся продвигаться к “согласию и примирению”, пониманию и терпимости. В каком-то смысле протагонист говорит сам с собой, вспомогательные лица лишь вносят нюансы, акценты, “подавая реплику”. Тем не менее их наличие и эмоциональная вовлеченность очень важны, как и точность воспроизведения текста и поведения протагониста. Чувства, мысли и воспоминания, заблокированные и просто невозможные в собственной роли, при обмене ролями появляются неведомо откуда; возникает попытка и опыт диалога с “другим”. (В протокольной записи сняты удвоения текста, обычно происходящие при обмене ролями: читать это совершенно незачем, а вот слышать собственные слова со стороны бывает очень и очень важно.)

Анна (отцу): Зачем тебе нужно было чужое имя, папа?

Отец: В нашем городе Равиль своим не будет. Я хотел как лучше.

Анна: Для тебя так важно было стать своим?

Отец: Тебе, дочка, не понять, ты хоть и не всю жизнь, но росла в семье. А я с детства был чужой.

Ведущая: Равиль, как это было?

Анна (в роли отца): Мой отец — казах, мать — татарка. Мама умерла, когда мне было 8 лет. Отец женился на казашке, у нее уже было двое сыновей от первого мужа. Они меня не обижали, но и за

своего не признавали. О мачехе худого не скажу, но и ей я был чужой. И даже отцу. Он работал много, был начальник, а про меня будто забыл. Уехал учиться — наверное, и не заметил никто.

“Как звали Вашу маму?”, — спрашиваю я.

“Талия”, — отвечает Аня в роли своего отца Равиля и выбирает в группе вспомогательное лицо на роль мамы Галии — чтобы спросить, почему она *так* вышла замуж. Вопрос — обмен ролями — ответ:

Галия: Любила очень. Ты прости, что он такой молчун. Он меня жалел, я тяжело умирала. Горевал сильно. Работа ответственная, на важном объекте. Прости его, сынок. *(Обмен ролями. Аня слышит этот текст, находясь в роли своего отца.)*

Равиль: Мама, а у меня дочка. Только жена русская. Я с ней, правда, развелся. *(Обмен ролями.)*

Галия: Сынок, жена у тебя еще будет, может, и не одна. Женись хоть на ком, лишь бы жили хорошо. Мы с отцом хорошо жили. *(Обмен ролями.)*

Ведущая: Что Вы хотите сказать своей дочери, Равиль?

Равиль: Когда с детства ты — чужой, трудно научиться быть своим. Сам не смог и тебе все перепутал. *(Обмен ролями.)*

Анна: Папа, мне ужасно жаль того маленького мальчика, которым ты был, и твою бедную маму. И все равно и ты, и она, и дед — моя часть и моя родня, казахи или татары.

Ведущая: Что бы ты хотела от них услышать?

Анна: Им, наверное, нечего мне сказать. Они и отца-то почти выжили. Но все-таки они были... пусть скажут, что были. Это будет правдой.

И сводные братья-казахи, и рано умершая мама Галия, и мачеха — не худшая из возможных мачех, и папа-начальник заняли

свои места. И единственное, что они сказали, как и просила Анна: “Мы были”.

Мне показалось важным, чтобы Анна услышала это не только из собственной роли, но и из роли своего отца, одного из сирот в этой истории. И когда это произошло, Аня в роли Равиля повернулась лицом к этой части “живого генеалогического древа” и сказала: “Вы меня не очень-то любили и я вас тоже, но вы не виноваты, что мама умерла. Вы сделали, что могли. Больше я вас не виню”.

Для родителей Аниной мамы Веры ее брак был браком с “чужим” — не то татарин, не то казах — “нерусский”, одним словом. Они, как умели, нашли в этой истории “чужого” — впрочем, какой зять не чужой? Отдавали должное золотым рукам, высоко ценили, что не пьет (“У них не положено”). Бабушка, Клавдия Тихоновна, еще иногда говорила, что “у Верки муж хоть красивый” — это когда соседки недоброжелательно отзывались о смешанных браках. Но и в этой ветви рода “своим” себя не чувствовал никто.

Сама бабушка Клавдия была младшей дочерью в семье священника. Очень рано и очень далеко уехала из дома по прямому совету (как бы благословению) своих “классово чуждых” родителей. За муж вышла за сотни верст от родной деревни за “правильного парня”, сына председателя комбеда. По молчаливой договоренности Клавдия Тихоновна и Александр Степанович никогда не обсуждали своего происхождения. Впрочем, им и не было отпущено времени заговорить об этом хотя бы в старости: дед вернулся с войны в 44 году по ранению, стал председателем колхоза. В 45-м родилась Вера, в 46-м его посадили по “хозяйственной статье”, домой он уже не вернулся.

Кругом “не наши”, и никто в этой истории не чувствует себя ни в безопасности, ни в мире. Анна хотела что-то сказать бабушке Клавдии Тихоновне, которую знала живой и помнит:

Анна: Бабушка, мне почему-то кажется, что тебе было очень одиноко без родителей, без братьев и сестер, на фабрике.

Клавдия Тихоновна: Анечка, кого Господь любит, того испытывает. Я всю жизнь про себя молилась, может, и Шурку-то у войны вымолила. Ведь не вернись он с фронта одноногий, и тебя бы на свете не было. Что поделать, такая жизнь была. Шуркин-то отец тоже не своей смертью умер: говорили, кулацкий обрез, а уж как там было, это никто не знает. Бог ему судья.

Мы понимаем, что в этой истории причудливо перемешались факты, вымысел, элементы семейного мифа и многое другое. Для единственной участницы всего этого многоголосого действия самым удивительным и болезненным оказалось то, как много в ее роду “чужих” — обреченных на непонимание и отторжение по самым разным признакам. И тем важнее нам показалось хотя бы просто расположить на этом генеалогическом древе все его “ветви и листья”, стараясь никого не пропустить и ни о ком не умолчать. Многие из персонажей, как и казахская родня, не могли сказать о себе почти ничего. Казалось бы, какая печальная, полная внутренних конфликтов и переживания безысходности, история. Но вот на чем мы заканчиваем работу.

Все вспомогательные лица, а это больше 20 человек, сидят на своих местах — и невольно получается огромная семейная фотография, если смотреть с Аниной стороны, “из настоящего”. Такой фотографии в реальности быть не могло ни при каких обстоятельствах: здесь и покойники, и неизвестно где пребывающие живые; печальные матери, расставшиеся с детьми или их отцами; молчаливые мужчины, уходящие на войну, на заработки, на свои “важные объекты”.

Спрашиваю у Анны: “Что ты чувствуешь, глядя на них?” — и получаю неожиданный ответ: “Восхищение — как много сильных мужчин, сколько любви и терпения в женщинах. Ну и что, что они такие разные, они же все равно — мои”.

Анна (к своему семейному древу): Вы — мои. Я вас помню и дорожу всем своим родством. Мне вы не чужие, мне вы свои. Все до единого.

Психодраматическое действие — это еще не конец работы. После того как все вспомогательные лица выведены из ролей, груп-

па делится с протагонистом теми чувствами, которые были испытаны в процессе работы. При этом шеринг обычно разделяется на две части: “чувства из роли”, диктуемые сюжетом, и возникшие по ходу действия чувства и воспоминания, связанные с личным опытом исполнителей — и, разумеется, их семейными историями. При этом на роли предков могут выбираться участники другого возраста и пола, нежели персонажи: протагонист, говоря словами Морено, “ищет свою правду” и следует порой довольно смутным, хотя всегда осмысленным ассоциациям.

Работа с “живой” геносоциограммой обычно вызывает множество противоречивых и довольно сложных чувств. На мой взгляд, это является одним из сильных механизмов изменения стандартных “раскладов”: в многомерной противоречивой картине многоголосого семейного древа “до двух” считать никак не получается.

“Когда ты выбрала меня на роль рано умершей матери своего папы, мне сначала стало не по себе. Потом объясню почему. А затем я испытала несколько сильных и отчетливых чувств: мальчика было очень жалко, хотелось ему помочь, поддержать. Как ни странно, было чувство благодарности к той другой женщине, к мачехе — она старалась. А тебе хотелось сказать, что я тоже твоя бабушка. Так хотелось, что я даже вся извертелась на своем стуле.

Когда ты нашей степной части рода дала эти слова “мы были”, я испытала колоссальное облегчение. Важно не только то, что я рано умерла, важно и то, что я вообще была. Мне понравилось, что русская родня считает моего сына татаринком. И мне почему-то кажется, что я была красивой и печальной женщиной.

Теперь о себе, то есть от себя. В моем роду есть несколько таких загадочных смертей молодых женщин, оставивших сиротами детей. У нас мачех не брали, у нас вообще мужчин было мало, детей растили сестры. Я почувствовала зависть: как все-таки хорошо, когда в семье много мужчин. И еще я впервые подумала о том, как не сладко было моей деревенской родне, когда они, как и

твой дед с бабкой, стали рабочим классом. Не знаю, как твои, мои стеснялись и ужасно старались быть городскими. У них на фабрике, когда бабы ругались, “деревня” было обидное прозвище — дура сельская. Я вот думаю, а во мне это есть?”

Не все вспомогательные лица говорят много, не все в равной степени способны к словесному выражению испытанных чувств, переживаемых, как мы видим, “слоями”. Сложный узор отношений внутри рода переплетается с не менее сложными узорами “семейных деревьев” других участников группы; не однажды они совершенно спонтанно порождали метафоры хора, леса с переплетенными корнями и кронами и даже “модели мироздания”, где есть ВСЕ.

С кем мы только ни встречались в “портретной галерее” предков участников групп!

Тринадцатая дочь датского морского волка, отплывающая в непонятную Россию работать гувернанткой — не от нее ли странствия и беспокойство в судьбах женщин этого рода?

Ссылный поляк, некогда модный варшавский закройщик, схоронивший по дороге в Сибирь жену и пристроивший пятерых своих детей по чужим семьям и под фамилией Поляковых — прятал ли, спасал или просто избавил от труднопроизносимой фамилии?

Незаконнорожденная дочь вологодского промышленника, которой ее покинутая “злодеем” мать строго наказала мужчин опасаться, использовать и презирать — хватило аж на четыре поколения.

Дед-чеченец, которому до зарезу нужно было ответить школьный урок по-русски: выучил страницу учебника ботаники наизусть, не понимая ни слова, и ответил, и остался в школе.

Прабабушка, схоронившая любимого старшего сына в ту страшную неделю, когда муж сидел в “чрезвычайке”, ожидая расстрела; спас его комиссар — не оттого, что поверил или проникся, а оттого, что учились вместе в Московском университете и были в этом — “свои”.

Все эти герои и сюжеты возникли в нашей работе потому, что они были важны для протагонистов. Поскольку протагонисты выбираются социометрически, за каждой работой стоит интерес и сопереживание группы, и это тоже немаловажная часть общей системы ценностей, ориентированной на принятие чужого. В этом смысле характерен финал одного из двухдневных тренингов. В конце первого дня протагонист работал со сложной и болезненной темой “странных” родственников: их чудачества, необычное поведение в свое время были тщательно скрываемой и почти постыдной тайной; их стеснялись, обсуждали в кругу семьи, им завидовали...

В своей работе протагонист обратился к образу родоначальника, пра-пра-прадеда — тоже человека необычного — и, поменявшись с ним ролями, устами этого старейшины рода “навел порядок”: “Дурью вы, ребята, маетесь: чужого не бывает. Одно дело, ежели я со двора у кого коня увел, чужого трогать не моги, не дело это — грех. А люди, глядишь, сегодня — чужие, а завтра так свои”. Разыгравшись, протагонист в роли этого предка-философа издал “грамоту”: чужого не бывает. Лист бумаги с крупной этой надписью лежал и ждал своего часа еще целый день: делались другие работы, звучали другие темы.

По традиции наших тренингов, все имена предков или хотя бы какие-то их обозначения (если имя потеряно), пишутся на одном большом листе. Иногда мы обращаемся к нему для сравнения и анализа, иногда его функция — просто быть здесь и напоминать о том, как многообразны, сложны и многочисленны связи внутри рода и связи разных работ между собой. В самом конце нашей работы я обычно прошу группу посмотреть на этот испещренный именами лист и, если захочется, что-то сказать всем тем, с судьбами которых мы познакомились за два дня. Как правило, это бывают слова благодарности, сострадания, восхищения; иногда сказанное звучит так: “Вы были, поэтому мы есть” или “Я лучше стал вас понимать”. В тот раз группа ответила действием: два человека одновременно вспомнили о нашей “грамоте” и, не сговариваясь, положили ее у основания большого листа с именами — это и был один из наших эмоциональных итогов.

Впрочем, не всегда работа с семейной историей делается в духе саги, эпоса; порой случается обнаружить ее важные черты даже в рамках значительно более “легкого” жанра.

Мастерская на конференции под названием, допустим, “Семейная культура и ее трансформации” не предполагала прямого обращения к теме: три часа в разноязычной аудитории, интересы и пристрастия которой и выяснить-то не успеешь — не то что полную геносоциограмму выстроить. Однако именно тогда встретился мне один из самых ярких примеров потребности в работе как раз той направленности, какую мы ведем “по-настоящему”.

Казалось, что женщина, вызвавшаяся поработать со своей семейной историей, движима простым житейским интересом, даже любопытством: что же там такое можно раскопать? Но уже через несколько минут после начала работы стало ясно, что именно притягивало и пугало протагонистку в истории рода — и с чем мы будем работать.

“Один дед красный, другой — белый. Когда я родилась, их обоих уже на свете не было. И все равно я хочу, чтобы они — не знаю, не то чтобы помирились, но хотя бы признали, что у того, другого, своя правда. Почему-то это важно”.

Чтобы можно было точнее представить происходившее, добавлю: это было уже после путчей, но до начала чеченской войны, на излете мировой моды на все российское — от матрешек до политиков. Еще читались журналы с огромным количеством исторических материалов, словно все архивы открыли и вытряхнули разом. Одни публицисты призывали к покаянию, другие огрызались; все репутации словно бы стали сомнительными...

Мы договорились о времени и возможном результате работы, а дальше все было как обычно: Ирина выбрала из аудитории вспомогательных лиц — любопытно, что деда-белогвардейца играл американец, возможно, более “чужой” для протагонистки. Меняясь ролями с каждым из своих героев, она задала им тексты и действия. Неточности в этих текстах ничего не меняют, поскольку мы имеем дело не с иллюстрацией к учебнику — тоже пристрастному и мифологизированному, кстати, — а с поиском субъективной, внутренней правды.

Первый дед: Я, сын трудового народа, верный присяге красноармейца, тем не менее скажу так: ваше благородие, хоть вы мне и классовый враг, но вот ведь штука-то какая: внучка у нас с вами общая. Так что это... мир, что ли? *(Неловко протягивает руку.)*

Второй дед: Я, офицер армии генерала Деникина, так же верен присяге, данной государю императору. Ни под каким видом не отказываюсь от своих убеждений и до самого конца храню офицерскую честь. Однако допускаю, что и Вы любите Россию по-своему. Что же до нашего с вами родства — так кровь не водица. Вашу руку, господин... уж не знаю, как Вас величать. *(Осторожное, напряженное рукопожатие.)*

Первый дед: Петр Васильев.

Второй дед: Алексей Кириллович. *(Усмехается.)* А дрались ваши храбро, черти.

Ведущая: Что оба скажете вашей общей внучке?

Первый дед: Я воевал за свое будущее и верил в него. Я рад, что ты родилась и выросла. У вас все не так, как я думал, но все равно рад.

Второй дед: И я, душа моя, воевал за свою веру. Нам с твоим другим дедом довелось жить в страшные, кровавые времена, — но Господь не дал угаснуть нашему роду и не дал погибнуть России. Тебе всего не понять, ты просто помни нас.

При всей “игрушечности” ситуации — подмосковный пансионат, участники конференции в футболках и сарафанчиках по летнему времени, переводчик путается под ногами протагонистки, времени в обрез, а тема неподъемная, — в этот момент, что называется, повеяло. “Ничто ни на ком не кончается здесь. Поколение — мельчайший срок. Со всякой позы сдувает спесь времени ветерок”. В конце — уже после того, как присутствующие что-то сказали о чувствах и параллелях, а кто-то рвался задавать техниче-

кие вопросы, а кому-то было неясно, при чем здесь вообще все это, — Ирина сказала следующее:

“Я понимаю, что Гражданская война была, и этого изменить нельзя, к сожалению. Но мне было важно, чтобы она закончилась вот здесь (*проводит пальцем от горла вниз*). И (*обратное движение ладонью*) здесь она для меня закончилась”.

И когда речь заходит о “согласии и примирении”, о терпимости и “общечеловеческих ценностях”, мне кажется важным помнить, что возможность “закончить войну” для каждого из нас — всегда есть.

Часть 2

“А ТЫ ЧИТАЛ?..”

ПРЕДИСЛОВИЕ К ПРЕДИСЛОВИЯМ, ИЛИ НЕВЫНОСИМАЯ ЛЕГКОСТЬ БУМАЖНЫХ ОБЛОЖЕК*

У несколько позабытого нынче Василия Шукшина есть престранная сказка “До третьих петухов”; там “путь героя” состоит в походе к некоему Мудрецу за справкой, что герой — Иван Дурак, понятное дело — умный. Ответь, мол, на три вопроса... Ответишь — дам тебе справку. Далее — по тексту: “Давай, — с неохотой сказал Иван, — во всех предисловиях написано, что я вовсе не дурак”. “Предисловия пишут... Знаешь, кто их пишет?”

И правда, раньше мы все это знали: пишут их “держатели акций”, которым только и положено объяснять, особенно если книга переводная, а если своя, то это — форма поддержки, примерно как “отзыв ведущей организации”. Теперь же в объяснениях, напоминающих штамп “дозволено цензурой”, никто не нуждается, союзы заключаются тоже в других формах. Предисловие перестало быть кастовым знаком, оттого его вообще не всегда обнаружишь, а написать может всяк, кому не лень.

Так случилось, что к книгам серии “Библиотека психологии и психотерапии” издательства “Независимая фирма “Класс”” их обычно не лень писать мне. Прежде всего потому, что это действительно классные книжки, и притом очень разные: одни — совсем популярные, для “человека с улицы”, другие — чисто (и

* Опубликовано в “Московском психотерапевтическом журнале”, 1996, № 3, с. 203—204.

даже узко) профессиональные, а чаще всего — сочетающие высокий уровень и авторскую вольность, написанные, что называется, человеческим языком.

Место такой переводной литературы — между: профессиональным сообществом — и потенциальными клиентами, той (преимущественно англоязычной) культурой — и нашей; наконец, между разными подходами (языками) внутри самой психотерапии. Время таких книг еще только настает, потому что для исполнения своей роли их непременно должно быть много. Роль же эта, как представляется, скромная, но необходимая: создание общедоступного контекста профессии, в котором постепенно проступит смысл отдельных явлений, понятий, имен.

Предисловие как “жанр в жанре” дает возможность и с коллегами словом перекинуться, и со случайным прохожим у книжного лотка поговорить: а вдруг у него есть привычка листать первые страницы (по старой, возможно, памяти, когда ему там что-то объясняли). Это такой шанс вступить в контакт с тем человеком, для которого книга, в сущности, переводилась! Поговорить — легко, не подразумевая ни важности собственных слов, ни даже дочитывания до конца: просто окликнуть. Скорее с любовью, нежели с академическим пиететом по отношению к предмету и автору. Слова, в общем, все уже сказаны — важна интонация.

Настанет день, когда “Класс” перейдет на твердые переплеты, которые, конечно, будут какого-нибудь солидного цвета — ну, не совсем болотного, как “Литпамятники”, но, скорее всего, не сегодняшнего солнечного, легкого... И тогда понадобится и возникнет более мощный издательский аппарат, и прекратятся бдения с редактором в клубах дыма, когда это чертово слово все не находится; каждый будет наконец-то занят своим делом, и даже от шрифта повеет чем-то *comme il faut*...

“Фронтир” — продвижение на новые территории, делание всего на свете своими руками, воздух свободы и прорва тяжелой работы, смесь здравомыслия и авантюриности, личное отношение ко всему и ко всем — всегда заканчивается благопристойным и немного пыльным поселением. Тогда автору этих строк не останется

ся, пожалуй, ничего лучшего, как сложить бумаги стопочкой и отправиться за справкой — той самой.

И все это вместе будет означать, что в нашей профессии наступают другие времена, для приближения которых — среди прочего — было нужно так много книжек в легких бумажных обложках.

(Все упомянутые выше прогнозы подтвердились: обложки тверды, рынок обилен, “романтический период” нашего издательства закончился. А вот за соответствующей справкой я еще, пожалуй, отправляться подожду — “с числом бумага становится недействительной”).

* * *

Скромная и практичная книжка Дорис Бретт когда-то очаровала простым и внятным подходом к вечному вопросу: как помочь собственному ребенку, если тебе в аналогичных ситуациях не помогли. А на этот вопрос в психологической литературе до сих пор не так много достойных ответов.

РУКОВОДСТВО ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ ФЕЙ*

Мать: Ну, что у тебя нового?

Взрослая дочь: Вот шляпку купила, черную, бархатную.

Мать: А, это такую, какие еще в прошлом году из моды вышли?

Телефонный разговор

Многоуважаемый читатель!

Профессионал Вы или вдумчивая мама, одно известно о Вас наверняка: Вы — бывший ребенок. И это очень, очень важно

*Предисловие к книге Дорис Бретт “Жила-была девочка, похожая на тебя” (М.: НФ “Класс”, 1996).

для того, чтобы с удовольствием и пользой читать книжку, которая сейчас перед Вами, и действительно помочь другим детям — своим или чужим — справиться с разными трудностями и печальями.

Но сначала давайте сами вспомним кое-что неприятное (ненадолго, обещаю).

Например, последнюю ситуацию, когда чувствовали растерянность и беспомощность, а может быть, и отчаяние. Сами себе мы не нравились чрезвычайно, и в тот момент казалось, что иначе и быть не может. Хуже всего было то, что любые мысленные попытки “пробиться” — все-таки спасти разваливающуюся запеканку, или завести машину, или разобрать бумаги, или кого-то в чем-то убедить — заведомо казались никчемным, жалким барахтаньем. И почему-то даже то, что мы не раз с честью выходили из куда более серьезных испытаний, не вселяло надежды. Да что там, это даже и не помнилось! Как будто внутри все “эфирное время” занял кто-то, кто обращает внимание только на огрехи: не так! Опять не так! Печально, но ведь именно это имеют в виду, когда говорят, что кто-то кого-то “начал воспитывать”: не так — не так — не так...

Что человек делает под огнем критики, которая тоже когда-то была чужой и понемногу “забралась” внутрь? Да то же, что и вообще под огнем: в ужасе замирает, бестолково мечется; если вооружен — отстреливается... У каждого из нас бывают моменты, когда мы понимаем, что делаем что-то не то... и замираем в беспомощности или с жаром доказываем, что были-де объективные причины, — в общем, ведем себя вполне по-детски. Впрочем, не вполне (иначе где же фантастическая изобретательность, энергия, доверие к жизни?), а подобно ребенку, загнанному в тупик. Это не так, то не так, а как — не говорят, не показывают, а может быть, и не знают сами.

А теперь обратите внимание, с чего начинается эта книжка: дочка автора была крайне застенчивой, отличалась от других детей, воплощала некую материнскую несостоятельность. Тем более, что мама — детский психолог. (Так значит, и “они” ничего не знают и не могут?)

Обе — мама Дорис и трехлетняя Аманта — находились в зоне, где “все не так”. И появление историй про девочку Энни было не столько приемом коррекционной педагогики, сколько выходом для обеих в новое “пространство”. Безопасное, творческое, не отягощенное “нетаками”. Иное.

Почему это “срабатывает” для детей, довольно подробно объясняется в книжке. Хочется, однако, обратить внимание читателя на то, что “байки про Анюту” очень помогают и самим родителям. Вместо того чтобы теряться в догадках о том, что мы делали не так, и барахтаться в чувстве вины (“недоглядели, недоработали; мать, называется...”) и стыда (“у всех дети как дети...”), то есть невольно подключиться к собственному эмоциональному состоянию “ребенка в тупике”, мы получили возможность как бы посмотреть со стороны на похожую историю с заведомо хорошим концом, отчасти даже ее сочинить. Мы можем представить себя на месте мамы Энни или доброй феи, подсказывающих решения, вместо того чтобы критиковать. А можем, как ни странно, отождествить себя с этой чудесной несуществующей девочкой, которой так славно и тактично помогли, которая так по-детски мудро справилась...

Сочиняя по предложенной Дорис Бретт модели “терапевтические истории” (так называют в серьезной профессиональной литературе этот жанр, занявший в современной психотерапии достойное место), родители в какой-то мере решают и свои проблемы. А они, конечно, существуют — хотя бы потому, что у них тоже есть или были родители, а Фея-крестная, возможно, давно не появлялась.

* * *

Какой же русский не любит успешных презентаций? Зазывать на них народ становится все труднее, заезженные штампы опытных выступающих выступают все заметнее. Смысл этой книжки изменился: уже не “как это будет когда-нибудь”, а “как не увязнуть в колее”. В 1996 году это проблемой еще не казалось.

КОНКУРС ИМЕНИ КАРНЕГИ, ИЛИ ПОМИНКИ ПО ГОВОРЯЩИМ ГОЛОВАМ*

Семьдесят лет назад Дейл Карнеги написал книжку “Как приобрести уверенность и влиять на людей, выступая публично”. Ей не суждена была громкая слава более позднего супербестселлера, который знают все, — но это тот же самый Карнеги, который для массового читателя до сих пор прочно ассоциируется с идеей “практической психологии” (нравится это нам, профессиональным психологам, или нет).

Все, кто мог и хотел заработать на этом имени, уже так и сделали: размножая, переиздавая, выдавая за “последнее слово” или разоблачая. Любой желающий завоевать статус “нового Карнеги”, — а с ним большую аудиторию, успех и сокрушительную критику по всем статьям — волен рискнуть. “Ниша”, однако, пустует...

А когда заглядываешь в каталоги западных издательств, в глазах рябит от названий, начинающихся с “как”. Эти “как” уже породили и свою классику, и кич, и пародии типа “Как провалить любое дело и умереть несчастным” — море популярных руководств на все случаи жизни. И добрая половина — все та же “практическая психология”, только сегодняшняя.

Перед Вами — супербестселлер этого жанра. Для классики еще немного нов, но на номинацию в “конкурсе имени Карнеги”, безусловно, тянет. Тема — публичные выступления, презентации — для российского читателя актуальная, ибо кто же у нас сегодня не презентует? Автор — человек, чьими услугами супертренера пользуются крупнейшие промышленные корпорации и рекламные агентства Америки. Он блестяще учит их персонал блестяще выступать. И только этому — голый технологии успешного публичного предъявления своего дела и самого себя. Что же изменилось в этой “науке побеждать” за семьдесят лет?

А для начала — что изменилось в самом выступлении? Первое, очевидное: “на единицу слушателей” их стало больше, как вообще многократно возросла информационная нагрузка. Это значит, что время сжалось: все решают минуты, даже секунды. Что содержание само по себе удерживает интерес и внимание очень

*Предисловие к книге Рона Хоффа “Я вижу вас голыми: Как подготовиться к презентации и с блеском ее провести” (В соавторстве с Л.М. Кролем) — (М.: НФ “Класс”, 1996).

недолно и непрочно: то же самое прочту, услышу, никуда не денется. Все мыслимые приемы построения речи как таковой уже отыграны, и борьба за аудиторию ведется в других модальностях: выступление стало гораздо более зрелищным, чем “чтение вслух”. (Что такое “ток-шоу”? Это когда одни смотрят, как другие говорят.)

У живого говорящего человека стало столько могущественных конкурентов в деле передачи информации, что единственной его сильной стороной оказалось то, что... он живой говорящий человек. То есть он может общаться с аудиторией.

Их взаимная зависимость обнажилась. Они — зеркало друг друга, партнеры в танце; из света вместе какая-то потребность... они чего-то друг от друга хотят. Может быть, это самое главное отличие современной концепции успешного выступления от устаревшей. Карнеги пишет о влиянии на аудиторию, Хофф — о контакте, замкнутой цепи взаимного реагирования. У Карнеги нет ни слова о том, как читать несловесные знаки слушателей: его выступающий смотрит людям в глаза только для того, чтобы продемонстрировать уверенность. У Хоффа говорящий прозрел, начал двигаться спустился в зал, различил лица и позы сидящих в нем людей, — потому что этот зал ему нужен.

Читатель, помните ли Вы, в какой традиции выступлений воспитаны мы с Вами? Аудитория и говорящий в ней — скорее не зал и сцена, а президиум и те, кому в нем никогда не сидеть. Монолог бесконечен. Контакта нет и не надо, потому что эти, в зале, — куда денутся? Ритуал незывлем: “отсидеть” — и в курилку. Общение в аудитории — свое (записки, шепоток, выразительные взгляды искоса), на сцене — свое (примерно то же, но величественнее). Правила просты: говорит тот, кто должен, и то, что нужно. Присутствовать обязательно. Слушать и тем более верить — нет. Он сам не верит. Публичная речь — прежде всего знак доминирования.

Об этой модели коммуникации нам довелось писать какое-то время назад и даже экспериментально исследовать некоторые ее аспекты. Мы заметили тогда, что в психотерапевтических и тренинговых группах, которые мы ведем много лет, даже несколько фраз монолога ведущего “выключают участников”. Что тот, кто говорит долго, не “ловит” обратную связь, а у его аудитории

все прибавляется несловесных знаков подавленной агрессии. Что просто дать возможность группе говорить о чем угодно недостаточно; диалогу надо учиться, он начинается с умения увидеть и услышать того, кто перед тобой...

Книга Рона Хоффа — при всем ее прагматизме — про другие отношения между выступающим и аудиторией. Драматичные — да. Не всегда устраивающие обе стороны — возможно. Но, безусловно, более человеческие и... экономически эффективные.

С чистой профессиональной совестью психологов-практиков с приличным психотерапевтическим и преподавательским стажем рекомендуем ее прочесть не только дилерам, брокерам, риэлторам, политическим активистам и рекламным агентам (которые, скорее всего, и так это сделают), но и глубокоуважаемым коллегам. Право же, "очень своевременная книга".

* * *

Многие книги серии открывают двери во многие миры: детские, профессиональные, близкие, далекие. А эта — дверь в мир безумия, "мир иной". Она и по сей день осталась единственной, похожих книжек просто нет — об этом я не раз слышала от своих студентов, а они народ привередливый.

А НЕ СТРАНЕН КТО Ж?*

Изумиться (устаревш., церковн.) —
сходить с ума, лишаться рассудка,
обезумливать, выживать из ума.

*Вл. Даль.
Толковый словарь
живого великорусского языка*

Странная, странная книга. Что и с чем в ней только не встрети-лось... Описание атмосферы интриг в американской "конторе" —

*Предисловие к книге Барбары О'Брайен "Операторы и вещи: Необыкновенное путешествие в безумие и обратно" (В соавторстве с Л.М. Кролем) — (М.: НФ "Класс", 1996).

ядовитая сатира на все конторы мира. “Остросюжетная психопатология” болезни рассказчицы временами заставляет забыть, что это такое, и читать-почитывать, как фантастику. Исповедь борющейся за себя души, которую несет по волнам безумия, заставляет вспомнить и пережить разные чувства — от ужаса до восхищения, — как при чтении дневников отважных путешественников-одиночек: “На шестой день на горизонте показался...” Сделанные “путешественницей” ироничные зарисовки ученых мужей-психиатров, психоаналитиков, сидящих со своими нормами да прогнозами на берегу неукротимой стихии, изящны и, пожалуй, сочувственны. Размышления о причинах и механике случившегося тянут на крепкий, сдержанный в оценках “научпоп”. И так далее.

Совершенно очевидно — откройте на любой странице, — что это хорошая книга. Замечательная ее переводчица, правда, дважды сказала: “Нет, не возьмусь”. (Потом была рада, что взялась). Все из-за темы: “про это”. Ведь переводчик — это тоже “с берега на берег”, не окунуться в ту самую стихию невозможно. Вот и страшно было, хотя потом оказалось, что книга — веселая, как ни странно. (Было еще такое советское словцо “жизнеутверждающая”, которое теперь всерьез не употребишь, — а так бы подошло!) Право, есть в этой “истории скорбного разума” что-то в высшей степени здоровое, ясное и даже озорное. Читателю уже нечего бояться: все по-настоящему страшное рассказчица пережила сама, ему же оставлено только захватывающее повествование с хорошим концом.

Что же касается издателей... Мы понимаем, что как независимое и специализированное издательство принимаем на себя ответственность за этот выбор, за судьбу русского перевода “Операторов и Вещей” и за то, как “странная книга” впишется в основанную нами серию “Библиотека психологии и психотерапии”. И считаем, что впишется. “Наши” авторы, в отличие от Барбары О’Брайен, — блестящие профессионалы в сфере заботы о душевном здоровье, и именно они высказывали на сей счет довольно неортодоксальные суждения. Некоторые, страшно сказать, близки к выводам, выстраданным автором этой книги.

Вот мудрецы-патриархи серии — впервые переведенные нами на русский Милтон Эриксон и Дональд Вудс Винникотт. Классики. Ведь, если вдуматься, один учил, что доктор должен каждый раз угадывать, как больному самому себя вылечить. Другой советовал родителям младенцев больше доверять своей интуитивной мудрости и меньше полагаться на науку, светилом коей сам являлся. А одна из первых книг серии (Дж. Грэхэм) вообще называется “Счастливый невротик”. И все без исключения авторы согласились бы с тем, что могучие силы “Океана”-бессознательного способны порождать и озарения, и монстров. И ни один бы не заявил, что умеет укрощать эти силы, — уж скорее улавливать и использовать в интересах дела их колебания, пытаться вступить в диалог. И никого из изданных нами профессионалов — мы уверены! — не шокировало бы соседство в одной серии с книгой, написанной пациенткой, — они-то как раз оценили бы и то, что это “голос с другой стороны”, и то, что она абсолютно самостоятельна и вневедомственна.

Что вневедомственна, мы поняли, когда думали, кто бы написал к ней предисловие. Психолог: до психологии ли в остром психозе? Психиатр: галлюцинации и бред еще и не такие бывают; спонтанные ремиссии при шизофрении — да, случаются, это известно; а зачем и кому это нужно читать? (И ведь будет прав...)

Кто еще? Антрополог? Философ? Собиратель курьезов и редкостей? Литературовед, специалист по “фэнтези”? Кому рекомендовать эту книгу как “свою” и кто не скажет “чур меня”?

Со времени, когда происходили события “ничьей” книги, прошло много лет. Во всем мире психиатрия изменилась, — как и сам мир, — а тайна безумия все равно есть. Грозная, мрачная, но не только. Об этом, кстати, Барбара О’Брайен написала через двадцать с лишним лет после “событий” прекрасную статью “Постскрипtum”, любезно присланную нам литературным агентством “Марк Патерсон энд Ассошиэйтс”. Ничего “такого” с ней больше не случилось, а почему — с ней, почему — это, почему — с таким исходом... никто никогда не объяснил. “Такие дела”, — как говорили на планете Тральфамадор.

А между тем появление у нас книги Барбары О’Брайен кажется странно логичным. Именно здесь, именно теперь... И “двунаде-

сять языков” смешавшихся в ней жанров, и беспредельное одиночество героини, отчаянно пытающейся все время заново себя определить, вынырнуть, сориентироваться, — чтобы в конце концов сказать миру “да”, посмотреть ему в глаза и дать ему принять себя обратно... Чем это задевает, что отзывается? В каком-то смысле — одном из многих — эта книга о том, как невозможное случилось (к чему никто и никогда не бывает готов), осозналось и было принято. (В рекламе одного психологического тренинга говорится: “Мы раздвигаем Ваши стены”. Участница вечером написала в дневнике: “Когда раздвигаются стены, едет крыша”.)

...Когда все смешалось в бывшей Стране Советов и многие стали заниматься не своими делами, о которых даже и не догадались бы раньше, — невозможное стало возможным. А одним из наших дел стало издавать книги. Эта — одиннадцатая.

Один молодой слушатель учебной программы лихо придумывал слоганы для разных школ и подходов психотерапии. Например, “гипнозом — по душевным занозам”. Воистину, так.

ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ОТМЕНЯЕТСЯ*

Работая над этой книгой, весь редакционно-издательский отдел словно укололся веретеном Спящей Красавицы: и переводчик, и редактор, и корректор поминали приятный туман в голове, исчезновение чувства времени — в общем, самый настоящий транс. Так что мы первыми испытали на себе воздействие текстов, собранных в этом руководстве.

А заодно убедились лишний раз, что гипнотические переживания — совсем не обязательно удел экзальтированных любителей эффeктов чьего-то “сильного поля”. Похоже, что люди, ищущие

*Предисловие к книге Брайана Алмана и Питера Ламбру “Самогипноз: Руководство по изменению себя” (М.: НФ “Класс”, 1995).

щие в гипнозе чего-нибудь “этакого”, экзотики а la “Трильби”, — будут разочарованы. Как и яростные скептики, готовые за каждым явлением, близким к гипнозу, искать рассыпанную пудру с парика графа Калиостро.

В этой книге нечем очаровываться и нечего разоблачать: она прозаична и конкретна, как календарь садово-огородных работ. С читателем предельно корректны, ему предлагают пробовать, оценивать, выбирать, переделывать по-своему. Полагаются на его здравый смысл и объясняют, что к чему, не требуя веры. Не пугают. Не обещают сразу и все — только заработанное занятиями, только постепенно — зато свое, а не чужое. Можно сказать, последовательно культивируют практичное отношение к внутренним ресурсам: терпение, труд, выбор реальных целей...

К чести авторов, они не претендуют на открытие очередной панацеи: по их мнению, самогипноз может быть эффективным средством при работе с множеством проблем — но только в той мере, в которой им грамотно и осмысленно занимаются. А это — работа и, что еще важнее, принятие ответственности за результат. И даже яркие примеры великолепных успехов, достигнутых некими Джо или Эммой, не содержат в себе обещания “чудес для всех”: конечно, нам приводят примеры успешного применения метода, но результаты достигнуты Джо или Эммой, это — их успех.

“Самогипноз” сразу же стал в Америке бестселлером, выдержал три издания подряд и заслужил теплые, даже восторженные отзывы светил гипнотерапии. Ключевые слова хвалебных рецензий — “убедительная”, “стимулирующая собственное творчество”, “ясная”. Именно к этим качествам тяготеет и современный клинический гипноз, восстановивший — во многом благодаря трудам и личности Милтона Эриксона — репутацию серьезного, разнообразного и мощного метода.

Появление и успех книги Б. Алмана и П. Ламбру — один из симптомов этого процесса. “Новый гипноз” основан на диалоге, следовании за языком и образами того, кого гипнотизируют, и уважении к его “модели мира”. Все это в полной мере относится и к книге.

К ней могут с пользой обратиться и врач, и его пациент, и психолог и просто любой, кому интересно узнать и “приручить” соб-

ственные психические ресурсы. Она напоминает крепко сбитый ящик с хорошо подобранными инструментами: некоторые знакомы, некоторыми нужно поучиться владеть, а о некоторых — еще и догадаться, для чего они.

Но чалмы факира с фальшивым бриллиантом там нет. Бесплезная вещь.

* * *

Наконец настал день, когда коллеги начали писать так же легко и занимательно, как иностранные авторы, с которых начиналась серия. Да еще о детях и тонкостях их развития — в отечественной традиции долго утверждалось, что “ранний опыт далеко не полностью определяет...”. И понятно, почему утверждалось, и хорошо, что больше не утверждается.

РОДИТЕЛЬСКИЙ ДЕНЬ*

Я должен был больше места посвятить отцу: я реалирую в жизни то, к чему он стремился, к чему так мучительно много лет подряд тяготел мой дед. А мать? Как-нибудь после. Я и мать, и отец. Я это знаю и поэтому многое понимаю.

Януш Корчак. Из дневника

Перед вами простая и местами веселая книжка о том, что иметь детей не так страшно, как нам рассказывали. Источники ее — прежде всего работы Эрика Эриксона и русских христианских философов — прекрасны и признаны в мире. Жанр я бы определила так: психологическая публицистика. Тема — вечная. Перо у автора — легкое. Чего еще желать?

Личное — очень личное — и внятно заявленное отношение автора ко всему на свете мило сердцу уже хотя бы тем, что позво-

*Предисловие к книге Валерия Ильина “Археология детства: Психологические механизмы семейной жизни” (М.: НФ “Класс”, 2002).

ляет с его оценками где-то и не соглашаться. Это и вправду ценно, ибо на вечную тему семьи и детей уже высказались все кому не лень, а споры, — как и на любую подобную тему, — практически бесконечны. Никто в этом вопросе не нейтрален, никто не свободен от собственного опыта — даже “проработанные” профессионалы. Автор откровенно пристрастен: восхищается, ворчит, иронизирует, сердится. А читатель тем самым волен что-то принять к сведению, в чем-то усомниться, а прямые оценки разделить, проигнорировать или оспорить, это уж кому как нравится. Получается, что читатель по отношению к тексту может быть активен и свободен, — это ново и здорово.

...И все же — о чем эта книжка, кроме уже ставшего общим местом утверждения относительно важности раннего детского опыта, кроме стертого повторами “родом из детства”? Какие тени и отражения мелькают между строк, какой невысказанный вопрос витает в воздухе? Мне кажется — и это тоже совершенно личное мнение, — что внутренняя “пружина” и подтекст книги выросли из одного феномена современной российской культуры, имеющего отношение далеко не только к родительско-детским отношениям. Я имею в виду переживание отсутствия — зияния, просто-таки черной дыры — на месте настоящей “отцовской фигуры”. Тоску по ней. Надежду на ее обретение не в семье, так в профессии, в книгах, в духовном опыте. Но без достойной ролевой модели даже искать — ох как трудно. Хоть совсем не становись взрослым. Не потому ли наши преуспевшие мужчины вне зависимости от возраста все равно похожи на важничавших подростков, а слово “авторитет” стало нуждаться в комментариях — мол, не в том смысле, а в обычном, прямом...

Почему папы никогда нет дома? Почему учитель — по большей части дуболом-военрук или вечно пьяненький “трудовик”? Почему так часто бывает стыдно за власть предержавших — может, и хотелось бы уважать и верить, но ведь не таким же! И на кого же стоит походить, “когда вырастешь”? Если на Брюса Уиллиса, явно симпатичного автору, то это еще очень и очень ничего. Кстати, где Вы в последний раз встречали фразу “Твой отец гордился бы тобой”? Правильно, в “Гарри Поттере”. Приехали...

Автор представляет себе “правильную” семью и роль мужчины в ней, как будто достаточно слегка отодвинуть “теток” и “мамо-

чек” — и отец сам поймет, как он важен, чего лишился сам и чего лишает ребенка. Если, к примеру, мужчина участвует в школьных делах сына, он тем самым объявляет их важными, мужскими. Если нет — сами понимаете, чье это хозяйство и где оно сидит у подрастающего мужичка вместе с Марь Ивановой и ее требованиями про “поля в четыре клеточки”. В этом есть, что называется, правда жизни: чтобы поднять, следует смиренно нагнуться.

И жестокий парадокс: превращаясь в ответственность, власть теряет блеск, а для того ли ее брали? Достаточно ли просто дать отцу подобающее место и уважение, — не знаю. Заниматься с ребенком и быть в курсе его жизни и учебы — это ведь не только хотеть, это еще и уметь надо. А откуда ему это уметь? Уж не говоря о том, что это бывает скучно, тяжело и часто не ко времени. А главное — не будет “правильно понято” по-настоящему значимым окружением. Не семьей.

Автор, между прочим, подал личный пример: взял и написал книжку про детей и семейные дела. А они в нашей вечно воюющей патриархальной культуре по умолчанию считаются второсортными, то есть женскими — по сравнению с чемоданами компромата, ночными клубами, думской грызней, нефтяной трубой, зачисткой мятежных аулов, “звездными войнами” медиамагнатов, чемпионатом по футболу, дорогими машинами, галстуками от Армани и другими Настоящими Делами. Вот написал бы про политический пиар или приемы соблазнения, как делают иные литературно одаренные коллеги, так были бы ему почет и уважение, тиражи и поклонники! Но у него, похоже, позиция. Для него, похоже, этот разговор про детство и жизненные циклы действительно важен и серьезен. И этот выбор — знал ведь, что делает, — вызывает уважение. А кроме того...

Если вынести за скобки мое с автором давнее знакомство и старинную симпатию к его профессиональным исканиям, а заодно и вообще все личное, литературное и даже научно-популярное, само появление этого текста можно робко расценить как некий симптом. Не начал ли пробиваться росток идеи осмысленного, человеческого отцовства — в широком смысле, не только биологического, конечно... Того, которого так давно и трагически не хватает в современной российской культуре и истории. Суррогатов

которого “ищут пожарные, ищет милиция” — кто в горних высях, а кто в придуманной дворянской родословной или пластиковых корпоративных модельках: лидер, команда... “Ищут давно и не могут найти...” Но если что-то очень нужно, а найти готовым не получается, это обязательно появится: созреет, родится, будет выращено. Хотелось бы надеяться — на лучшее и на новое, и не только для семьи и детей...

Так вот, в этой неоднозначной книге масса нового, начиная с самого ее жанра и заканчивая попыткой в который раз увязать Восток и Запад, прямым обсуждением христианского взгляда на семью, интереснейшими наблюдениями за современными подростками, анализом привлекательности тоталитарных сект, примерами из практики автора.

Как и другие популярные книги по психологии, ее будут читать в основном женщины. А жаль.

* * *

Эта книжка “пришла” сама; шла долго и трудно. Оказалось, что ее давно ждали. Один серьезный господин приобрел ее в подарок своей девушке, да и зачитался, в результате книжку измял, сказал, что со многим не согласен, и купил второй экземпляр. Вот политкорректный какой!

ЛОВУШКА ДЛЯ ЗОЛУШКИ*

Жила-была девочка —
сама виновата...

Слова про “хороших девочек” я вычитала в какой-то английской книжке много лет назад и с тех пор цитирую где и когда могу под неизменный хохот аудитории. Так что когда на наших издательских горизонтах возникла книга с таким названием, это показалось давно назначенной встречей.

*Предисловие к книге Уте Эрхардт “Хорошие девочки отправляются на небеса, а плохие — куда захотят, или Почему послушание не приносит счастья” (М.: НФ “Класс”, 2001).

Понятно, что в России на тренинги — любые, хоть бизнес-, хоть профессиональные психологические, хоть для “населения” — все равно ходят в основном “хорошие девочки”. Отличницы, труженицы, умницы. Над кем смеемся? Над собой смеемся...

Между нами говоря, никто не знает, куда именно кому надлежит попадать. Достаточно и того, что это место явно не здесь — и не сейчас. Даже если считать небеса всего лишь метафорой вознаграждения, возникают серьезные сомнения: по прошествии лет большинство “хороших девочек” полны горечи и уныния, карманы их оттопырены пачками непредъявленных счетов — куда уж там... Но это позже. Много позже.

А поначалу карманы наших фартучков предусмотрительно пусты: это место для хрустального башмачка. Ведь если очень-очень стараться, то непременно поедешь на бал. Так обещано. Принц ждет, ищет взглядом в толпе не просто прекрасную незнакомку, а непременно хорошую девочку. Это означает: ту, которая сейчас ничего не соображает от волнения, не разбирается в придворных интригах. Ту, которая в своих новых обязанностях еще долго не опознает старых, кухонных. Ту, которую никогда не поддерживала мать и не защищал отец, — и сама она вряд ли сумеет себя защитить и поддержать. Ту, которой и пожаловаться-то будет некому: как известно, Фея-крестная покидает подопечных, удачно пристроенных “взамуж”.

Читательница, простите мне сомнительное толкование мотивов Принца, на гладких щеках которого еле проступает подозрительная синева... Он молод, еще не вошел во вкус; еще и кровь не видна на ключике, а Золушка пока более всего опасается быть узнанной на балу и пропустить роковую полночь. То есть оказаться не вполне хорошей девочкой. Я сама очень люблю эту сказочку во всех ее пересказах — от жутковатого гриммовского до куртуазного шварцевского. Как сказочку — люблю. Но вот как жизненный сценарий...

Избавлю вас от “историй Люси С. и Клавы П.” — ведя женские группы, я знаю их немало. Истории, надо сказать, бывают не только страшные, но и радостные, и гомерически смешные, и печальные — и всегда в высшей степени поучительные. Но в книге, которая сейчас перед вами, своих историй предостаточно, а

что сюжеты их сугубо немецкие — так и спасибо, потому что нам подарена тем самым чудесная отговорка: мол, это все не про нас. Ой ли?

Разница, конечно, есть. Например, в том, что российской женщиной собственная сила и самостоятельность зачастую ощущаются как вынужденные, не своею волей выбранные, взятые на себя как чужой хомут: “Я и лошадь, я и бык...” Мы можем все, — но, по горемычной истории последних четырех поколений, не от хорошей жизни. А хорошая жизнь “за широкой спиной” (она же “каменная стена”), в которой женщины мира уже увидели тупик, ловушку, — нам еще только снится.

...И в этом сне нам не надо вставать на унылую работу в промозглых зимних потемках, мы избавлены от вечной спешки и недосыпа, наконец-то чувствуем себя защищенными, наконец-то можем наиграться в куклы-кухни-цацки-фантики... Отдать ненужную силу, сжечь лягушачью шкурку своими руками, и пусть все неприятные отношения с суровым и непредсказуемым миром возьмет на себя Он! Во сне мы не задаемся вопросом, зачем это Ему нужно и какова может оказаться цена. Разве мы, такие хорошие, не заслужили? Разве мы не старались?..

...Некоторые, впрочем, уже проснулись, и пробуждение было ужасно. И что же? Сплошь и рядом находится простой ответ: это Он был не тот, кому бы снова вручить свой хрустальный башмачок, где же Принц? Ох, как грустно видеть прекрасных, умных и талантливых, радостно готовых наступить на те же самые грабли, которые уже разбили не одну тысячу женских лбов по обе стороны Атлантики!

В этом смысле книга Уте Эрхардт — грозное и своевременное предупреждение. Ее незатейливая прямота — “делай раз!” — сродни прямоте плаката на железнодорожных путях: “Сэкономь минуту — потеряешь жизнь”.

С автором можно не соглашаться, мысленно спорить. Можно сердиться и обижаться — конечно, обидно! (Идея вторичной выгоды послушания и отказа от самостоятельности задевает куда как больно, и не она одна...)

И, наконец, можно проснуться. Услышать грохот состава, уносящего твою единственную жизнь. Сказать себе: “Я у себя одна.

Чего я хочу на самом деле? Что чувствую? Куда иду?” — и двигаться своей дорогой.

* * *

Академическая наука психология, покинутая мною много лет назад, как выяснилось, все еще стучит в моем сердце. Более того, когда два обычных человека играют в “экспериментатора и испытуемого”, это гораздо интересней, чем та же процедура в настоящей лаборатории. Интересная, заметим, для обоих.

О ПОЛЬЗЕ КОРНЕЙ, ИЛИ СКРОМНОЕ ОБАЯНИЕ ЛАБОРАТОРНЫХ РАБОТ*

Заявлять публично, что ты психолог по образованию, становится не всегда удобно — могут превратно понять. Основания к тому у публики имеются. Открываешь, допустим, безликий дамский боевичок на лотке: “Несколько недель меня натаскивали профессиональные психологи... похожие друг на друга предупредительные мужчины и женщины”. Или вот съемка на ТВ... Подплывает приветливая дама, все грамотно — глаза в глаза, “активно слушает”: “Я психолог программы, пожалуйста, прочитайте и подпишите наш контракт...” Ну, и так далее...

Знаем, плавали. Сами не без греха: случилось, и натаскивали. Не чокнутых спецагентов, так бизнес-тренеров или кандидатов в депутаты. И все мы, практические психологи, приложили руку к тому, что занятие наше вот так и понимается: “приемчики”, технологии, советы. Казавшиеся когда-то обидными упреки в практической бесполезности серьезной психологии более в цель не попадают. Кое-какие разработки вполне “полезны”, вполне трансформируются в технологии. Зато — вот парадокс! — люди в них предстают фигурами до того плоскими, до того сами по

*Предисловие к книге Татьяны Барлас “Психологический практикум для чайников: Введение в профессиональную психологию” (М.: НФ “Класс”, 2001).

себе, друг другу и никому вообще не интересными, что скулы сводит. За что боролись...

А люди, выбирающие профессию, порой и правда думают, что “быть психологом” — вот ЭТО и есть. Да нет же, ребята. ЭТО — как в свое время переводы с суахили для поэта, которого не печатали. Занятие, приработок, ремесло, возможность, — но не корни профессии. Ведь даже для самых что ни на есть заказных переводов уметь писать нужно.

Эта книга — о том “умении писать”, которое необходимо профессиональному психологу и должно оставаться невидимым для публики, включая работодателей и клиентов. Ей это скучно: где же фокусы, иллюзия власти над другим человеком, эффектный результат? На то она и публика.

Никакого искусства и никакой науки нет без “школы” — этюдов для беглости пальцев, учебных натюрмортов или лабораторных работ, заново подтверждающих давно открытые законы. Психологический практикум с его протоколами, инструкциями, “экспериментаторами” и “испытуемыми” — это часть канонической профессиональной подготовки. “Школа”. Выездка, строевая подготовка, гаммы, — но в то же время и уникальная возможность самостоятельного исследования. Обманчиво простые чеканные процедуры напоминают о том, что базовый навык — базовый и есть. А за ним — незаметный кропотливый труд, лежащий в глубине любой культуры.

Книга, которую Вы держите в руках, представляется мне дерзкой культурной акцией. Ее академический тон — шокирующим вызовом. И вот почему.

Понятно, что приложить к стандартному тесту стандартный же ключ или освоить “приемчики” — дело нехитрое. А вот как насчет того, чтобы провести обычный эксперимент своими руками? Чисто, четко, осмысленно? Как насчет умения внимательно и непредвзято наблюдать, привычки свои наблюдения фиксировать, просеивать, анализировать и избегать искушения “подогнать под ответ”?

Книга адресована всем, кто слышал, что “психология — это, конечно, модно, но изучать там нечего”, — и усомнился. Всем, кто

смутно подозревает, что в этой “науке XXI века” — а именно так возвещают рекламные щиты в метро — речь идет все-таки о закономерностях, о понимании явлений. (А какие же закономерности без воспроизводимых результатов?)

Татьяна Барлас взяла на себя труд отобрать из огромной экспериментальной традиции то, что может сработать в “домашних условиях”, а главное — подтверждает и иллюстрирует принципиальные идеи психологии — науки.

Феномены Пиаже, кризисы идентичности и многое другое, с чем можно довольно близко и прямо познакомиться благодаря этой книге, существуют вне зависимости от того, сколько “похожих друг на друга предупредительных мужчин и женщин” действительно разбираются в предмете, а сколько умеют только “натаскивать”.

Предмет по-прежнему реален, культура профессионального мышления существует и ее можно понять, принять, “потрогать”. *Ars longa, vita brevis* — если вспоминать звонкую гимназическую латынь. Ту самую, без которой немислимо классическое образование...

* * *

Предисловия к работам классиков и звезд — дело трететное. Тут не просто представляешь читателю автора, а словно бы проводишь экскурсию в некое профессиональном музее. Да и читатель другой: коллеги, студенты. Вроде бы с ними давно обсудили все на свете, но хорошая книга — всегда новый повод для нового разговора.

СОБЛАЗНЫ АЗБУКИ*

Ролло Мэй (1909 — 1994) — крупный американский психолог и психотерапевт, классик экзистенциально-гуманистической психологии.

*Предисловие к книге Ролло Мэя “Искусство психологического консультирования” (М.: НФ “Класс”, 1994).

Его основные работы “Смысл тревоги”, “Человек в поисках себя”, “Любовь и воля”, “Мужество творить” сочетают в себе скрупулезность анализа клинициста, гуманитарный кругозор философа и простоту пасторской беседы. Эти качества — отражение вех его биографии, в которой были годы учебы в теологической семинарии, пасторское служение, занятия философией, психоаналитическая подготовка и психоаналитическая практика.

“Искусство психологического консультирования” тоже несет отпечаток прекрасного и разностороннего образования Ролло Мэя. Однако самое главное в этой книге — ее практическая направленность. Как если бы рядом с тем, кто выступает в роли психолога-консультанта, оказался тот самый “супервизорский стул”, с которого можно услышать подсказку, наводящий вопрос, похвалу или тактичное замечание опытного учителя — именно то, чего так не хватает российским коллегам Ролло Мэя.

Во всем мире в консультирование идут те, кто тянется к осмысленной, творческой и полезной работе с людьми, но, как правило, не имеет серьезного опыта “длинной” психотерапии с ее обязательным требованием терапевтической проработки собственных проблем. А для консультанта-профессионала (и уж тем более “любителя”) очень высок риск угодить в разные “ловушки”, расставленные его же чувствами, мотивами, не до конца осознанным пониманием своих задач.

Многие из этих соблазнов описаны Ролло Мэем. Некоторые из них достаточно элементарны, например, готовность давать советы, особенно когда клиент активно к этому подталкивает. Отказаться от других — намного сложнее: “мужество быть несовершенным” — принять проявления своей профессиональной и человеческой несостоятельности как часть жизни и часть себя — на это могут уйти годы... И не одна ли из таких “ловушек” — нынешнее бурное увлечение “беспроегрышными” техниками в психотерапии и консультировании?

Знать и уметь — нужно, важно, и без этого нет профессионала. Но никакая “техническая оснащенность” не сделает его неуязвимым победителем. Возможно, больше всего он отличается от своих клиентов тем, что готов это про себя понять — и, что еще важнее, принять.

Духовному смыслу такого принятия посвящена последняя глава книги. В отличие от большинства своих коллег-современников, Ролло Мэй всегда придавал огромное значение этому аспекту психологического консультирования и готов был работать с религиозно-нравственными проблемами своих клиентов.

Случаи, разбираемые в этой книге, воспринимаются нами как бы со стороны, потому что принадлежат к иной религиозной традиции и не очень знакомой религиозной практике. Возможно, для нашего понимания идей автора это и к лучшему: когда есть пространство для некоторого внутреннего дистанцирования, легче разглядеть невротическую религиозность и невротический же атеизм, основанную на страхе нетерпимость и многое другое.

И, кажется, последнее. Иногда у читателя этой книги будет складываться впечатление, что Ролло Мэй очень уж прост: теория элементарная, случаи какие-то слишком понятные... Этаким вот “американский лубок”. Может быть, на это впечатление не стоит полностью полагаться...

* * *

Каким бы ироничным ни было мое отношение к “чемоданчику фокусника”, где собраны всевозможные техники и приемы, но совсем без них профессионалу тоже трудно. И вот что получается: “Искусство психологического консультирования” требуют от студентов на экзамене; что будет дальше — неизвестно. А эту книгу держат на полке и при случае с благодарностью выхватывают с нее практики. И я их понимаю.

А МОЖЕТ, И ВЫШИВАТЬ...*

Терапевтические метафоры и истории — это, что называется, модная тема. Психотерапевты разных теоретических ориентаций все больше используют рассказ — притчу, “байку”, сказку — в

*Предисловие к книге Джойс Миллс и Ричарда Кроули “Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребенка»” (М.: НФ “Класс”, 1996).

своей работе, как бы заслушавшись глухого тяжеловатого голоса Милтона Эриксона, который “останется с Вами”.

Вот книга таких “зачарованных” авторов. Даже если бы в ней ничего кроме этого — популяризации наследия Эриксона — не было, она осталась бы достойной внимания *любого* профессионала, имеющего дело с детьми, и *любого* вдумчивого родителя. И можно представить себе детского стоматолога, который грамотно строит “болеутоляющие” и “страхоизгоняющие” метафоры. Или школьного психолога, который найдет “волшебное слово” для ребенка, трудно адаптирующегося в классе. Или воспитательницу, умеющую рассказывать *такие* истории. Эта книга — для них. Она подробна, понятна, в хорошем смысле “технична”. Но есть в ней еще нечто, некое “сообщение второго уровня”... И вот о нем хочется сказать немного больше — и иначе.

Кусочки цветного стекла в калейдоскопе, глина на гончарном круге, бабушка, вяжущая крючком скатерть... В “заставках” глав образы ручного труда встречаются столь часто, что вряд ли случайны. Что известно нам о рукоделии? Оно требует точного замысла, иногда — весьма вдохновенного, а потом, с неизбежностью — аккуратности, терпения, хорошей “тонкой моторики”, как сказал бы нейропсихолог. Оно абсолютно негероично. Может быть творчеством, а может остаться и ремеслом, что тоже хорошо по-своему. Оно не изменяет устройство мира, но латает его прорехи, делает его чуть более обжитым, одушевленным, “своим”.

Некогда магический орнамент превращается бесконечными повторами в просто орнамент — кто помнит его таинственный смысл? (Тот, впрочем, не исчезает бесследно — только позови...) Рукоделие порой практично — тогда “голь на выдумки хитра”, а порой не решает никаких житейских задач, тогда оно “просто для души”. Оно не нуждается в признании, особом месте: старо как мир и смиренно довольствуется статусом “прикладного искусства”...

Все то же самое, слово в слово, можно сказать о работе авторов этой книги.

Да, они увлечены психотерапией “новой волны”, включая нейролингвистическое программирование, — и просвещенный чита-

тель даже встретит описание использования “глазных ключей доступа”. Но и только. Клубочек подошел по цвету, а уж нашелся он в бабушкином хозяйстве, спряден своими руками или ниточку вытянули из несколько бутафорской мантии — какая разница? В другом месте им точно так же “подошел” Карл Густав Юнг, а уж восточные мудрецы — и подавно...

Более того, совершенно очевидно, что в своей обширной практике авторы не только рассказывают истории, но и делают массу всего другого: рисуют, играют, просто общаются, наблюдают детей в их естественной среде... Конечно же, “работает” все вместе. Просто остальное не ново, так умеют многие и многие западные специалисты, и говорить об этом вроде бы не обязательно... Но при вышивании важно не только *как* и *чем*, важно также — *на чем*, хотя основы потом может быть и не видно. Для авторов собственный опыт и вся профессиональная культура детской психотерапии, диагностики и консультирования — подразумевающийся “фон”, терапевтическая метафора — “фигура”.

Для российского профессионала “фоново-фигурные отношения” будут другими, что важно для восприятия этой книги. Именно *контекст* профессионального использования метода придаст ему окончательный смысл и определит результат. И тогда в одном случае мы будем иметь дело с действительно мощным воздействием, в другом — просто с одной из многих “техник”, а в третьем терапевтическая метафора останется симпатичным украшением, “игрушкой”, что также неплохо и немало.

Можно сказать иначе: научившись “владеть крючком”, читатель этой книги приобретет нечто, чем распорядится по своему разумению. Более того, это останется с ним и тогда, когда в психологическом мире “придут иные времена, взойдут иные имена”.

* * *

Уж если припадать к первоисточникам в поисках терапевтических метафор, то мимо великого Милтона Эриксона не пройти. Эта книга — жемчужина сериц, она же — мой маленький, но чувствительный позор в роли научного редактора: по недосмотру корректора в тексте упомянут “эффект Зейгарника”, а я ведь Блюме

Вульфовне Зейгарник экзамены сдавала... Это, впрочем, пустяки. Как говорит редакционный народ, "блохи", и блеска книги умалять никак не может.

ПРОГУЛКИ ПО ВОДЕ*

Сначала — факты. Случай "мисс С." — это всего четыре гипнотерапевтические сессии, проведенные Милтоном Эриксоном в 1945 году. Его мастерство в полном расцвете, а слава — далеко впереди.

"Человек из февраля" — это имя и образ Эриксона, когда пациента в трасе испытывает глубокую возрастную регрессию и, естественно, с доктором "не знакома".

Перед нами редкий пример хорошо документированного случая. Мы можем рассмотреть любые детали, от нас ничего не скрывают, работа психотерапевта вся на виду. Блистательная, на грани невозможного, работа. Все кажется невероятно простым и... совершенно невозможным. Можно строить любые догадки о том, как это у него получается, — и все равно оставаться "на берегу", испытывая при этом почему-то не уныние, а благодарность: *такое* возможно, сохранился фрагмент работы такого мастера.

Стенограмма этих сессий пролежала в архиве тридцать лет, ожидая своего часа. Он настал в конце 70-х годов, когда Эриксон обратил на нее внимание одного из самых выдающихся своих последователей, Эрнеста Росси.

"Ученик чародея" стал задавать вопросы, и так они проговорили полных 15 часов. Из этого обсуждения родился "второй план" книги, анализирующий и объясняющий происходящее, — своего рода руководство по "толкованию наведений"... или путеводитель по лабиринту. Без этих комментариев что-то из магии сессий мастера осталось бы абсолютно непонятным, а что-то — даже и вовсе незамеченным. С настоящей магией так бывает.

*Предисловие к книге Милтона Эриксона и Эрнеста Росси "Человек из февраля: Гипнотерапия и развитие самосознания личности" (В соавторстве с Л.М. Кролем) — (М.: НФ "Класс", 1995).

Известно, что Эриксон часто отвечал на вопросы учеников метафорой или историей, а те просили его объяснить или показать “что-нибудь попроще, даже поскучнее”, да так и не добивались своего (Маргарет Мид, 1979). В обсуждении с Росси Эриксон объясняет то, что делает, прямее и проще обычного. Не удивительно, что специалисты по наследию Эриксона считают эту книгу уникальной.

Ее структура сложна: есть стенограммы сессий, разделенные на смысловые отрезки. Есть обсуждение 1979 года. Плюс еще более поздние и тоже важные для понимания комментарии Эрнеста Росси. А есть и вовсе иное измерение: трансное время, а в нем — как бы прошлое, “когда деревья были большими”. Это детское время пациентки, в котором она становится маленькой девочкой и ее навещает Февральский Человек. Вот в этом измененном — “ни здесь ни там” — времени и происходят главные терапевтические события.

Чтобы не “заблудиться в отражениях” и получить от этой книги все, что она может дать, читателю лучше сразу настроиться на особые отношения со временем. Можно, например, сначала прочитать только стенограммы, опуская все комментарии, — и это будет совсем другая книга. А потом начать все сначала, осторожно строя “мостики” между событиями и их анализом. Но кому-то больше понравится читать и то и другое, медленно входя в эту странную “партитуру”, доверившись поворотам лабиринта, где каждая точка между трансом и реальностью не похожа на предыдущую. И где то и дело кончается явь и начинается другая явь. И кончается один транс, и начинается другой транс... И где возможно совершенно особое время — “прошлое в настоящем”.

Работа в этом времени дает Эриксону-психотерапевту доступ к детским травматическим переживаниям “Джейн” и возможность вмешиваться там, где, казалось бы, уже никому не вмешаться. Расхожее мнение о том, что гипнотерапия — симптоматическое лечение, не идущее вглубь, сталкивается с очевидной глубиной движения к причинам, к “созвездию” значимых ситуаций, травм — и их переработке. И что бы Эриксон ни говорил про психоанализ, отрицая и высмеивая его как институт, как способ

существования одной из теорий, но нельзя не заметить, как изящна его работа с вытеснением, сопротивлением, переносом. Этот случай интересен и с академической точки зрения, причем для психотерапевта и психолога любой ориентации.

Убедительный разбор применения “умного гипноза”, виртуозное использование системы эриксоновских техник — да, но еще: гениальный психотерапевт и клиническая реальность, которая больше любых схем. Они хороши постольку, поскольку служат ей (а не наоборот, как, к сожалению, бывает).

В этой реальности Эриксон работает смело — он вообще мало чего боялся — и при этом очень осторожно. Посмотрите, например, на ювелирной тонкости подготовку к наведению транса, на тщательность проработки побочных тем и ситуаций, на скрупулезное закрепление всех промежуточных результатов. И, конечно, поразительны его умение и готовность стать тем, что нужно пациентке; они — соавторы трансовой работы, терапевтического эффекта и, в конце концов, даже названия книги.

Ее непременно прочтет всякий, кто относит себя к одной из “помогающих профессий”. Она о том, что помочь возможно. О превращении в рабочий инструмент любого обстоятельства, любого слова — и о том, чего это умение требует от профессионала.

Но “Человек из февраля” может стать захватывающим интеллектуальным приключением и для любого читателя, хоть немного интересующегося психологией или гипнозом, или фобиями, или “легендой о чародее и мудреце Эриконе”... Для такого читателя это — история о том, как можно войти в прошлую и настоящую жизнь другого человека, вместе с ним пройти по самым трудным ее поворотам и вывести другого обратно в “эту” реальность, измененную путешествием во времени. Психотерапевт обращается к детству клиента не только для того, чтобы найти и исправить “поломки”; к его работе подключаются могущественные силы — свойственные любому ребенку любопытство, готовность учиться и меняться.

И как раз эти состояния души — лучшие для того, чтобы последовать за Милтоном Эриксоном, самым неожиданным и “невозможным” целителем нашего века, — туда, где нет готовых ответов.

* * *

Честь и удовольствие писать предисловия к “Витакеровской трилогии” было бы корректнее уступить настоящему семейному терапевту, но искушение побыть вместе с читателем в “силовом поле” Витакера оказалось сильнее. В конце концов, прямые “наследники” могли и сами озаботиться изданием, а на нет — и суда нет.

НЕ МИР, НО МЕЧ*

Я обнаружил, что четыре “данности” существования имеют прямое отношение к психотерапии: неизбежность смерти — нашей и тех, кого мы любим; свобода сделать с собственной жизнью что угодно; наше абсолютное одиночество в мире и, наконец, отсутствие в жизни какого бы то ни было очевидного, готового смысла или значения. Эти “данности” могут показаться мрачными, однако содержат семена мудрости и искупления.

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

Книга выводит из равновесия с первой страницы (особо устойчивых — с третьей). Озадачивает, восхищает, возмущает. Даже пугает — как неожиданная встреча нос к носу, скажем, с тигром. Мощь, красота, острое ощущение неординарности события... Но тигр все-таки, кто его знает... Говорите, ручной — профессор, классик, “отец-основатель”? Какой же он ручной, вон что делает!

Карл Витакер умер в апреле 1995 года. Родом был из американской сельской глубинки, вырастил шестерых детей с единственной и любимой женой Мюриэл. Примерно шестьдесят из своих восьмидесяти трех лет работал психотерапевтом. Индивидуальным, потом — групповым, а последние сорок лет — семейным. “Работать” для него означало прежде всего выводить системы из равновесия.

*Предисловие к книге Карла Витакера и Вильяма Бамберри “Танцы с семьей: Символический подход, основанный на личном опыте” (М.: НФ “Класс”, 1995).

В другой своей книге (“Полночные размышления семейного терапевта”) Витакер рассказывает о том, как в разные периоды жизни его опыт (иногда мучительный, “тупиковый” или кажущийся таковым) становился осмысленным и превращался во взгляды. Выражены они афористически и передают терпкий вкус экзистенциальных парадоксов, без которых его подхода просто нет. Судите сами: “Моя бредовая система: “Манифест Витакера”; “Изменение семьи означает страдание”; “Как сужать свой мир до тех пор, пока не окажешься в настоящем времени”... и так далее в том же духе.

Надо заметить, что буквально все, что Витакер говорит о семье и браке (и в этой книге тоже), принимается с трудом.

Во-первых, это сложно: он оперирует в “неэвклидовом” пространстве, постоянно напоминает о зияющих совсем рядом черных дыра абсурда, сбивает с толку. Мысль собеседника (читателя) смущена. Это очень заметно в вопросах В. Бамберри. (Некоторые фрагменты их диалога напоминают беседу с учителем дзен или, к примеру, с Милтоном Эриксоном.)

Во-вторых, Витакер “на ты” с теми самыми данностями существования, которые, по осторожному утверждению Ялома, “могут показаться мрачными”. В частности, он настаивает на том, что боль в семье избыть нельзя — ее можно только более творчески использовать. Впрочем, читатель может найти и еще что-нибудь, что шокирует его сильнее. Тридцать-сорок лет назад Витакера нередко объявляли сумасшедшим или хулиганом, а он и не возражал. Кто еще посмел бы публично назвать свое профессиональное кредо “бредовой системой”?

В этой книге нам дается возможность рассмотреть в деталях, как этот профессор психиатрии, президент Академии психотерапии, и прочая, и прочая — делает работу юридического: говорит правду в иносказательной форме.

А правда неудобная, жалящая, отменяющая привычную “картинку”... И вот профессионал — по определению “умный” — сознательно умалчивается до того, чтобы на каком-то символическом уровне, может быть, эту правду передать, а для тех, кому ее принять невозможно, остаться, мягко говоря, эксцентричным стариком, который эвона какую чушь несет. При ближайшем рассмот-

рении оказывается, что чушь и шокирующие ассоциации отмерены твердой рукой — “во юродство претворился волею”...

Витакер считал подробный расспрос семьи бестактностью, подглядыванием в щелочку и называл такую тактику порнографической — нельзя “умному” и “одетому” выворачивать наизнанку людей, которые, может быть, и сочли бы это нормальной медицинской необходимостью. Но, страшно сказать, на сессиях он порой засыпал, даже видел короткие сны и был совершенно уверен, что они, как и момент засыпания, — суть его бессознательная интерпретация происходящего, которая тут же и пускалась в дело. Разница между той и этой бестактностью в том, кто в результате уязвим. Или неприличен. Или ненормален.

Впрочем, и сама структура этой книги — подробно документированный “случай” с комментариями — делает мастера уязвимым: протокол позволяет нам “подглядывать”, судить и интерпретировать терапевтические интервенции. Иногда они достаточно традиционны (для семейной терапии, конечно), но чаще — абсолютно витакеровские, “тигриные”. Высочайший класс работы очевиден, воспроизвести — невозможно.

Оно и к лучшему: тихий ужас охватывает при мысли о рьяном коллеге, который, впечатлившись и проникнувшись, прямо так и начнет всем подряд лепить на консультации: мол, кто в семье хочет вашего самоубийства? С какого возраста захотелось (или расхотелось, неважно) спать с дочерью? (Как будто нашим клиентам в их жизни и без того мало хамили! Господи, пронеси...)

“Невозможные” пассажи Витакера бесконечно далеки от буквального расспроса или интерпретации: это метафорические послания, своего рода стихи, в которых “рифмы” и “ассонансы” не менее важны, чем тема, и поистине — из песни слова не выкинешь. Слово же приобретает множественные (и иные) смыслы, отрывается от обыденного своего употребления, да и бытовые его значения поворачиваются забытыми или странными гранями и все вместе создает некий эффект... Ну, впрочем, в отношении стихов это давно и хорошо известно.

Как известно и то, что получилось, когда текст “Песни песней” был воспринят не как поэзия, а как “инструкция по сборке”: “И на них — литое чудо (отвратительней верблюда) — медный в шесть локтей болван...”

Последствия буквального понимания метафор в лучшем случае уродливы и смешны, как этот “скульптурный портрет Суламифи” у Саши Черного. В худшем — трагичны, о чем свидетельствуют источники высочайшие и серьезнейшие. И от века говорящий притчами обречен на непонимание, составляющее, видимо, важную часть его миссии.

“Хорошо, — скажет увлекающийся читатель, — а какой же смысл в этой книге, если в качестве методического пособия ее не используешь?” А такой, как вообще в возможности близко наблюдать работу больших мастеров: повторить невозможно, но и пропустить нельзя, сама встреча с фигурой такого масштаба — род инициации. Событие. Испытание.

Методические же пособия пишут, как известно, ассистенты и доценты на кафедрах. И дело это нужное и полезное, однако к личным озарениям читающего никак не ведущее. Почему — неизвестно. Возможно, большинство ассистентов и доцентов недостаточно поэты. Или недостаточно безумцы.

И об этом Карл Витакер, понимающий толк и в том и в другом, писал: “Профессионалам вообще не свойственно делать что-то для них новое — может быть, только когда (заботами и изобретательностью пациентов) их на это толкает жизнь”.

В ПОЛУНОЧНОМ МЕРЦАНЬЕ СМЫСЛОВ ТАЙНЫХ...*

Философ (запальчиво): Ну, и какая разница между психотерапией и проституцией?

Психотерапевт (ядовито): Их цена с годами падает, а наша — растет.

Эту книгу стоит прочесть всем, кто связал или собирается связать свою жизнь с одной из “помогающих” профессий — не обязательно с семейной терапией. Разумеется, она и для тех, кто “просто интересуется” психотерапией и психологией. И, безус-

*Предисловие к книге Карла Витакера “Полночные размышления семейного терапевта” (М.: НФ “Класс”, 1998).

ловно — для всех, кого озадачивает (пугает, завораживает, разочаровывает и т.д.) семья как явление или проблема. Каждый из этих возможных читательских кругов шире предыдущего, и каждый читатель окажется в собственном лабиринте смыслов, в своем “магнитном поле”, излучаемом книгой.

Об эксцентричности, прижизненной и посмертной славе и шокирующих метафорах Карла Витакера на этот раз — ни слова. Подробный разбор его практической работы читатель найдет в изданных нами “Танцах с семьей”.

Жанр этой книги иной, и его вполне отражает название. “Midnight musings” — это, конечно, не вполне “полночные размышления”, и тут уж решительно ничего не поделаешь. В круге дополнительных значений того, что мы вынуждены были — правильно, но неполно — назвать “размышлениями”, и “поэтическая задумчивость”, и “рассеянное бормотание”, и “желание выяснить, узнать”, и “химеры, бредни, пустые мечты”. По соседству с кажущимися нейтральными и академическими “размышлениями” — музы (muses), по соседству же — невнятное, а то и просто безумное приговаривание под нос неведомо чего. Последним Витакер-терапевт искусно владел как рабочим приемом, о чем рассказывает в книге.

В сущности, вся она так же “мерцает” значениями, как и название. Автор не объясняет своих парадоксов, запросто смешивает буквальные и метафорические значения и вообще как бы снял с себя ответственность за то, что и кем будет понято: к чему готовы, то и поймут.

И тут скрыта одна из очень важных для него мыслей, которая по-разному проводится во многих разделах: семья (читай — реальность) сильнее психотерапии, опыт важнее обучения, и так оно и должно быть. Объяснять невозможно и не нужно, но можно рассказывать.

Получается, что разные читатели — в зависимости от своих интересов, теоретической ориентации, подготовки и просто склада ума — будут читать одинаковые слова, но разные книги — потому что “послания” к ним различны. (До какой-то степени это относится к любому тексту, просто Витакер пользуется этим механизмом намеренно.)

Он вообще многое делает не просто так — например, “раскрывает карты” и становится внятным и почти методичным в самом конце книги, сначала как следует поиграв с читателем-профессионалом. Не верьте маске чудаковатого дедули, расвспоминавшегося от бессонницы! Ищите двойное дно, тройной смысл и неожиданную иронию в самых неподходящих местах. Он все равно вас проведет, но удовольствия получите куда больше.

Впрочем, есть в этой сложной книге и совсем простые мысли (например, что психотерапия — это просто такая работа: не образ жизни, не “призвание” и, возможно, даже не диагноз). Как и любой работой, ею можно заниматься много лет (в случае автора — всю жизнь): меняться, совершать свои маленькие открытия, вызывать интерес коллег и быть отвергнутым или забытым, уважать (и даже иногда любить) тех, кто думает иначе. Владеть “техниками”, но никогда не полагаться на них. Удивляться новым поворотам собственной судьбы. Не “сгореть”. Разделять работу и просто жизнь и помнить, что важнее. Прожить каждый свой возраст, вырастить детей, выучить Бог знает сколько учеников — и не только не потерять интереса к шестой за день обычной семье на приеме, а даже, пожалуй, наоборот. “И быть живым, живым и только, живым и только — до конца...”

ОДА ВОЙЛОЧНЫМ ТАПОЧКАМ*

И иронический склад их души уже давно позволял не придавать значения потушлагбаумным надеждам...

*Булат Окуджава.
Путешествие дилетантов*

Просто поразительно, какие разные люди прочли и оценили “Полночные размышления семейного терапевта”** Карла Вита-

*Предисловие к книге “За пределами психики: Терапевтическое путешествие Карла Витакера” (М.: НФ “Класс”, 1998).

**Карл Витакер. Полночные размышления семейного терапевта. — М.: Независимая фирма “Класс”, 1998. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 31).

кера: седой психиатр, усомнившийся в абсолютной верности того, чему его учили тридцать лет назад, — и молодая психологиня, “обдумывающая житье”; изысканный дизайнер, весь в коже и серебре, любитель медитативных техник и фотомоделей — и немногословный владелец охранного агентства, переживающий обострение язвы и недавний тяжкий развод; дама неопределенных занятий, сменившая трех психотерапевтов и продолжающая “искать себя”, — и преданная мать четверых детей, которой пока что вообще не до себя; менеджер по персоналу, учительница, даже экстрасенс один случился, не говоря уж о парикмахерах и стоматологах. Читают сами, дают знакомым, подбрасывают родителям и спутникам жизни. Как сказал один из таких неожиданных читателей (кажется, бизнесмен): “Книжка четкая по жизни”.

Ту, которая сейчас перед Вами, ожидает иная судьба. Она отличается от “Полночных размышлений” примерно так, как музей-квартира известного человека — от его же рабочего кабинета при жизни владельца. В музейной комнате вы не увидите милого сердцу беспорядка, в котором может сориентироваться лишь его создатель, заблудившихся или случайных предметов (выкинуть жалко, подарить некому), изгрызенных карандашей, кошачьей шерсти в самых неподходящих местах... Смотритель проследит и за войлочными тапочками, и за тем, чтобы посетители все поняли правильно.

Эта книга, особенно в сравнении с предыдущей, отражает неизбежный процесс “музеефикации” одного из самых непригодных для этого классиков нашей профессии, никогда не бывшего правильным, предсказуемым и чинным. По ней можно готовиться к экзамену, — если вдруг предположить, что “наследие К. Витакера” когда-нибудь войдет в экзаменационные билеты здесь, у нас. Она безусловно хороша, даже превосходна: помимо собственных текстов Витакера, совершенно нам неизвестных, есть еще прекрасные комментарии. Поистине, “музей-квартира” обустроивалась руками помнящих и понимающих. Эта упорядоченность — просто дар Божий для тех, кому “Витакер без комментариев” показался слишком стихийным, острым или безумным. Книга отчетливо, внятно вписана в довольно-таки бурную историю психотерапии последних пятидесяти лет, переключку идей и подходов.

И, кстати, столь же внятно — хотя и невольно — обозначает различия между профессиональным поколением “первопроходцев” (вроде Витакера, Мэя, Эриксона, Роджерса, Сатир и других) и их наследниками. Последним как-то не пришлось ни шокировать коллег, ни годами работать в изоляции, ни двигаться ощупью в темноте. Их больше заботило приведение в порядок “наследства”, придание ему товарного вида, организация колоссальных конгрессов, где можно даже посмотреть на нескольких еще живущих “первопроходцев”, каждое слово которых фиксируется и издается. В общем, как сказал совсем по другому поводу полузабытый советский поэт, “окончилась жизнь — началась распродажа”.

И это тоже жизнь: психотерапия, ставшая на Западе достаточно массовой профессией, должна заботиться о “расфасовке” не меньше, чем о содержании, обеспечивать воспроизводимость, контроль за качеством и прочая. Профессиональная контркультура стала частью культуры, бунтари, дожившие до признания, — почетными академиками; юридические канонизированы, а сегодняшние пятидесятилетние президенты профессиональных ассоциаций деловиты и респектабельны, что твои банкиры.

Российским же психотерапевтам по-прежнему суждено мучительно объясняться по поводу предмета и задач своей работы, сетовать на отсутствие четких профессиональных стандартов и непросвещенность клиентов, для которых и сегодня что не “иголки”, то “гипноз”. К тому же наша непростая профессиональная жизнь развивается в аристотелевском “единстве места, времени и действия” и определяется отнюдь не одними тенденциями мирового процесса... Новизна и острота ощущений гарантированы нам настолько, что любимый витакеровский тезис “бытие есть становление” не кажется таким уж парадоксальным. И даже самым матерым и активным из нас не грозит прижизненное зачисление в классики — по крайней мере, так кажется сегодня. Так что войлочными тапками при посещении музея другой психотерапии нас, пожалуй, не испугать.

Может быть, эта книга — отличный повод оценить уникальность момента нашей профессиональной жизни, когда мы существуем и работаем в каком-то переходном пространстве между наивностью и искушенностью, творческой отсебятиной и заучиванием назубок классических текстов, нарушением правил от полного

незнакомства с ними и созданием собственных. Закончив эту книгу, перечитайте “Полночные размышления семейного терапевта”. Великолепный стереоскопический эффект.

* * *

В “переходном пространстве” нашего профессионального пути случается встретиться с самобытным автором, который невольно говорит больше и о большем, чем намеревался. Не только о своем подходе, но и о том самом контексте “переходного пространства”, в котором пытаемся работать и писать мы все. И поневоле задумаешься: каковы же “предлагаемые обстоятельства”? И уж не выдумали ли мы скорое воссоединение с “мировой традицией”, не слишком ли исполнились “потушлагабумных надежд”?

ЖИЗНЬ НАЛАЖИВАЕТСЯ*

Клиентка: Что-то у меня кожа на голове побаливает, может какой-то другой уход нужен?

Мастер: Ничего тут не поделаешь: невралгия от жизни.

Разговор в парикмахерской

Все первые книги, рассказывающие о своем, об авторском, неуловимо похожи друг на друга. Все мы, впервые объясняясь с неведомым нам читателем, впадаем то в пафос, то в самоиронию, то еще во что-нибудь. Всех одолевают сомнения: а не велосипед ли мы изобрели? Попролам с гордостью: но ведь ездит! Нетвердо зная, для кого пишем, мы на всякий случай смешиваем языки: академический с разговорным, рабочий жаргон своего “цеха” — с лихим публицистическим... А то и вовсе начинаем в наивной отваге сражаться с оппонентом, который нас и знать не знает...

*Предисловие к книге Андрея Ермошина “Вещи в теле: Психотерапевтический метод работы с ощущениями” (М.: НФ “Класс”, 1999).

А еще первые книги — всегда самые личные, как будто мы не уверены, будет ли вторая, и спешим сказать все, что важно. Будут, будут и вторая, и четвертая, но что-то изменится бесповоротно. Мы научимся соизмерять усилия, учитывать подводные течения и встречный ветер, — а вот так выкладываться на дистанции, как в первый раз, уже не станем...

Перед Вами — первая книга автора, рассказавшего о своем. Пытаться притянуть ее к существующим “раскладам” — дело совершенно неблагодарное. Все равно не понять, почему почтенный аутогенный Шульц оказался главнее других “отцов-основателей”, в том числе и классиков телесно-ориентированных подходов; почему одним столько внимания, а другие упомянуты почти небрежно, что имеется в виду под кажущимися понятными терминами и вообще — по какой “исправленной карте звездного неба” автор путешествовал, как учитывал контекст. Да, здесь запросто встречаются Дон Хуан и святые старцы, Кречмер с Роджерсом, мануальная терапия с рисуночными тестами и даже — в одной строчке! — Эриксон с Алексейчиком... Бывают, прямо скажем, “странные сближенья”, и на этом карнавале полно знакомых масок. Приглашены же они автором в таком невероятном составе по самым разным причинам: кто из личной признательности и почтения, кто для солидности, кто по любви, кто по протоколу, а кто и просто так, для компании. Ну ладно, дело хозяйское.

Гораздо интереснее другой вопрос — о тех, без кого нельзя обойтись. Ради кого, собственно, и завертелся весь хоровод авторитетов, для кого придумалась предлагаемая автором терапия, как ее ни назови. Вы их узнаете, их нельзя не узнать... “Кто скажет, как живет тихая, пьющая женщина со своим ребенком, никому не видимая в однокомнатной квартире...”*. Ну, допустим, даже и непьющая, и не женщина вовсе, а дядька из электрички — но ЗДЕСЬ и ТЕПЕРЬ.

Любезный читатель, вспомните (или представьте) себя вне своего профессионального контекста — сегодняшнего, разумеется. То есть отобранного, очищенного от случайностей. Так вот, сидите Вы, допустим, на приеме в ПНД или поликлинике, центре психологической помощи или консультативном кабинете. Улица,

*Петрушевская Л. Страна // Собр. соч. в 5 томах. Т. 1. — Харьков: Фолио, М.: ТКО АСТ, 1996, с. 30.

скорее всего, Строителей. За окном сами знаете что. На улице, разумеется, зима. И приходит к Вам на прием тетка, — а мысленно их называют именно так, — и в ее лице жизнь бросает вызов Вам и всему нашему профессиональному цеху.

Она могла бы быть красивой — и даже, может быть, очень недолго была. Усталая, скособоленная, в дорогой шапке и нелепых вязаных рейтузах, ничего про свою жизнь и душу не стремящаяся понимать и тем более в них менять, мучительно стесняющаяся самого своего прихода к “такому” врачу... И какая ей разница, что у Вас за диплом, какие сертификаты каких тренингов и что за теоретическая ориентация? “Душа болит, муж изменил, обида гложет, все время плачу и плачу, все лицо уже разъело. Может быть, что-нибудь можно...” Отправить ее к психиатру глотать таблетки “от плача”? В группу? Какую — личностного роста, прости Господи? На семейную терапию? Тоже бред, не придет, и предлагать нечего. Отреагирование? Но она ничего не видит на том самом “пустом стуле”, а услышав это предложение, со своего-то вот-вот сбежит. Что с ней делать, с этой женщиной? Разговаривать? Ну, уйдет, немного успокоенная, да и отправится к колдунье “снимать порчу”. (И уж, конечно, будет навсегда потеряна для какой бы то ни было психотерапии.) И ведь не пожалует, снесет колдунье немалые для себя деньги... почему? Потому что понятно за что. Вот и весь сказ.

Мне кажется, что точка отсчета этой книги находится не в программах международных конференций “Эволюция психотерапии” — профессиональный “мейнстрим” явно катит свои могучие волны в другом измерении. Равно как не в клинико-психологической софистике и не в субкультуре шаманов и целителей. Где-то между. А между — ничего, пустырь, целина, по которой бредет несчастная тетка, а у тетки болит душа и “обида так и гложет, так и гложет”. И пока нет ей места, куда пойти, как говорил папаша Мармеладов, она будет неуклонно двигаться в сторону ближайшего “салона магии”, где под голубым балахоном колдуньи Инессы — они у нас все больше носят звучные имена из мыльных опер — видны отечные щиколотки в таких же вязаных рейтузах. Салон-то тоже на улице Строителей...

Автор предлагает, на мой взгляд, не столько метод (выход) “на все случаи жизни”, сколько интересную возможность — и в пер-

вую очередь в работе с теми, с кем надо делать, а не говорить, притом делать сразу, не очень долго и — самое главное! — понятным для них образом.

Кому-то этот подход окажется ближе, кому-то — нет, а большинство читателей возьмет для себя конкретные технические элементы, которые могут пригодиться в их профессиональных обстоятельствах. Кстати, методические тонкости и “фактура” слушаев описаны и разобраны так, что даже без особенной склонности к body work возникает искушение попробовать. Особенно сильно оно тогда, когда трудно предложить что-то принципиально другое — то есть когда работать можно только с состоянием и более ни с чем. А вся возможность выбора сводится к одному — отпустить “осьминога страха” или “камень обиды” или дальше мучиться, ибо кроме тела и ощущаемых в нем “вещей” ничего и нет. И счастливый вздох, неоднократно слышанный автором после предлагаемой им процедуры, похож на вздох ребенка, поверившего, что раз теперь не так больно, то все будет хорошо, “жизнь налаживается”.

“Клиника движет психотерапевтом”, — не однажды ссылается автор, подразумевая под “клиникой” то, что обычно имеется в виду в сугубо медицинском контексте. Но если мысленно разомкнуть эти рамки, представив себе, какими дорогами, лестницами и коридорами, с какой памятью о прошлом и какими видами на будущее — короче, откуда пришли на прием все эти люди... цитата становится намного весомей, почти пугает. Впрочем, автор этого наверняка в виду не имел и не будем на него наговаривать, искать каких-то семнадцатых смыслов. Мучительный же рассказ Петрушевской о невидимых миру в однокомнатной квартире, зачем-то и куда-то спешащих темным зимним утром, почему-то вспомнившийся в связи с этой совершенно специальной, на профессионалов ориентированной книгой, называется — “Страна”.

* * *

Следующие пять предисловий продиктованы не только политикой издательства, но и самой что ни на есть цеховой “семейственностью”: авторы пишут о психодраме, а это и мой метод. Почти все, о чем идет речь в

этих книгах, мне доводилось не только видеть, но и делать. Не говоря уже о многолетнем знакомстве с авторами как учителями и супервизорами. В этих книгах я вижу не только хорошие тексты, но много больше. Очень хотелось, чтобы и другие увидели.

ИГРА ПО ПРАВИЛАМ*

Перед Вами книга, интересная во многих отношениях. Не каждая ее страница будет легким, захватывающим чтением: серьезный разговор об очень сложном предмете потребует некоторого напряжения, особенно вначале.

А разговор пойдет в первую очередь об использовании ролевых игр в психотерапии — групповой, семейной, супружеской или индивидуальной. Но некоторые разделы посвящены еще более широкому (и менее специфическому) применению ролевых игр в качестве основного метода моделирования поведения. Это означает, что книга адресована не только психотерапевтам и клиническим психологам, но и всем специалистам, работающим над целенаправленным и творческим изменением поведения, будь то профессиональное обучение, деловой тренинг для менеджеров и руководителей, группы личностного роста, тренинг эффективного общения или даже просто педагогика, традиционная или не совсем.

Сам термин “имитационное моделирование поведения” — это достаточно вольный перевод распространенного в англоязычной литературе устойчивого сочетания “behavioral simulation”. Поведение, имитирующее, воспроизводящее или представляющее некое другое поведение, — вот, по мысли автора, тот первоэлемент ролевой игры, который может по-разному функционировать в различных контекстах, в том числе и при альтернативных теоретических ориентациях.

В предисловии к американскому изданию Дэвид Киппер писал: “Я осознал необходимость свести знания и техники, связанные с

*Предисловие к книге Дэвида Киппера “Клинические ролевые игры и психодрама” (М.: НФ “Класс”, 1993).

этой формой психотерапевтического вмешательства, в осмысленную непротиворечивую систему, свободную от «идеологической полемики». Дело в том, что на теоретическое объяснение механизмов воздействия ролевых игр в психотерапии и обучении претендовали многие школы и течения психологической мысли, и какие-то отзвуки этой многолетней яростной дискуссии — что-то вроде отдаленных раскатов грома — доносятся до нас со страниц этой книги.

Автором руководила идея формирования некоего “консенсуса” и соответствующей нейтральной модели использования клинических ролевых игр. Этим, кстати, объясняется редкое и как бы не очень охотное употребление термина “психодрама”, хотя часто речь идет именно о ней или почти о ней. Дэвид Киппер за свою уже довольно долгую профессиональную жизнь обучил техникам ролевых игр множество специалистов, и далеко не все они были психодраматистами по своей психотерапевтической “вере” и начальной подготовке. Многие из них работали в русле совсем иных ориентаций: адлеррианской индивидуальной психологии, эклектического психодинамического подхода, личностно-центрированной психотерапии и, конечно, поведенческой терапии разных толков.

Здесь уместно сделать паузу и соотнести предыдущую фразу, перегруженную названиями авторитетных школ и теорий, и опыт наших читателей (тоже, кстати, очень разный). Не всякий психолог-практик мог бы легко и внятно определить суть и отличия упомянутых подходов, описать психотерапевтическую процедуру и назвать хотя бы по паре современных представителей. Врачу-психотерапевту, получившему традиционное медицинское образование, это далось бы еще труднее. Педагогам, менеджерам и социальным работникам (которых в нашей стране еще почти что и нет как профессии) многие из этих названий вообще ничего не говорят. И тем не менее удивительным образом наши практические потребности и цель автора этой книги — совпадают.

Дэвид Киппер пишет о своих учениках, принадлежащих к столь разным школам и “кланам”: “Я не собирался менять их профессиональные убеждения. Я думал о том, что полезного может взять каждый из них, чтобы в дальнейшем лучше делать свою работу”.

Перед нами прежде всего практическое руководство, и им можно пользоваться, идентифицируясь с любой из упомянутых теоретических ориентаций или не принадлежа ни к одной. Все необходимые термины вводятся заново, как будто читатель “с Луны свалился”. Схемы сугубо функциональны, а если иногда и встречаются понятия, не вполне знакомые нашему читателю, то его вопросы снимаются описанием конкретных техник и выдержками из протоколов.

Даже тем, кому теоретическая часть покажется не очень увлекательной или тяжеловатой, стоит ее прочесть хотя бы по “диагонали” — и в отзвуках по сей день не затихающих чужих дискуссий почувствовать богатство и сложность состава американской психотерапевтической культуры, где, как в супермаркете, есть все — иногда немножко стандартно, немножко вторично, но — все. Для бедных и богатых, старых и молодых, для совсем больных и почти здоровых... для любой, самой неожиданной группы потенциальных клиентов есть свой выбор психотерапевтов и теорий.

Книга Дэвида Киппера как раз и ориентирует американского читателя в одном из отделов этого “супермаркета” — в том, где можно приобрести техники клинических ролевых игр и использовать по своему разумению. При этом автор предупреждает читателя-прагматика: ролевые игры — это не “чемоданчик фокусника”, но первичная форма психотерапевтического (или иного) вмешательства. Идея состояла в том, чтобы продемонстрировать, при каких условиях эта “первичная форма” может быть использована в качестве фундаментального психотерапевтического подхода в течение всего курса лечения или хотя бы одной сессии.

Перед нами книги об осмысленном профессиональном применении инструментария, который в общем кажется знакомым, но именно в общем: что-то — понаслышке, что-то — в неубедительных копиях, что-то — из многолетнего почти рутинного опыта, но включенного совсем в другой контекст. Как сказал один — действительно опытный — коллега в ответ на предложение поучаствовать в тренинге по психодраме: “Да я пятнадцать лет веду психодраму!” — и, разумеется, предложением пренеб-

рег. Комментарий: коллега никак, ну никак не мог пятнадцать лет вести психодраму, потому что ни один живой психодраматист его этому не учил, минимальные 500 часов в психодраматической группе тогда отработать было негде, — короче говоря, он не получил традицию, как положено, “из рук в руки” и через личный опыт участия и переживания, а просто взял да и приписал тому, что делал, приблизительно подходящее название. Книга же Дэвида Киппера, кроме прочего, учит грамотнее претендовать (или не претендовать) на принадлежность, пусть вполне условную, к той или иной ветви мировой психотерапевтической традиции.

Для начинающего психолога-практика или заинтересованного специалиста какой-либо смежной области она может стать настоящим справочником, учебником, представляющим материал в систематизированном, “готовом к употреблению” виде. Этот учебник может быть интересен и полезен всем профессионалам, так или иначе использующим в своей работе ролевые игры или хотя бы их элементы. Читатели, обладающие совершенно разным опытом, знаниями, профессиональными предпочтениями, непременно найдут в нем что-то свое. Начальная “ориентировка на местности” — это очень важно, но и для чуть более искушенного читателя книга представляет немалый, хотя и другой, интерес.

В силу всем известных причин еще лет 12—15 назад — как раз тогда, когда “чуть более искушенный читатель” начинал работать как психотерапевт или психолог, — профессиональная литература попадала к нам нерегулярно и случайно, да и любые другие возможности учиться современной психотерапии тоже были ничтожными по сравнению с сегодняшними. Переводческий бум, стажировки, конференции, публикации, ассоциации, постоянные приезды тренеров со всего света, учебные видеофильмы, — все еще было впереди, и много впереди. А работать с пациентами, студентами или организацией-заказчиком надо было “здесь и теперь”. И работали, учась на ходу у групп, пациентов и друг у друга — набивали шишки, “изобретали велосипеды”, переживали увлечения каким-нибудь автором или методикой и испытывали неизбежно наступающее отрезвление...

Это, конечно, совершенно личный взгляд на историю нашего профессионального сообщества, но мне и сегодня думается, что тот затянувшийся на годы период эклектики поневоле дал чрезвычайно много. Те, кто его не застал, оказались, возможно, не только в выигрыше: “изобретать велосипед” в хорошей компании — не такое уж бессмысленное занятие; “жаль, что вас не было с нами”.

В той жизни пульсировала совершенно особая энергетика, а еще были там отвага, полное несоответствие принятым в мире стандартам обучения и вообще стандартам, творческие находки по наитию, варварский рабочий жаргон (“мы семинарим или группуемся?”) и вынужденная — но гордая! — самодостаточность чудака, собирающего из подручного материала самолет где-нибудь на городской свалке. Если угодно, это было Приключение, профессиональная робинзопада с той смесью искреннего пафоса, позы (совсем чуть-чуть) и некоторой наивной нескладности, без которых не обходится никакой “романтический период”.

Он кончился. Настало время самоопределения в контексте существующих в мире школ, направлений, языков описания опыта. Книга Дэвида Киппера — неплохая лоция для тех, кто успешно работает с ролевыми играми и нуждается лишь в структурировании и осмыслении своей практики.

И, наконец, немногочисленный, но требовательный читатель, успевший полюбить классическую психодраму и даже сделать первые серьезные шаги в качестве психодраматиста, — и он также найдет для себя немало. Например, выверенные описания психодраматических техник, лишенные даже намека на экзальтацию и “шаманство”, сделанные как бы при безжалостном дневном свете — свете рационального анализа. Как представляется, такой взгляд на психодраму — зрелый, трезвый взгляд профессионала, состоящего с ней в многолетнем “законном браке”, — обладает для нас особой ценностью.

Суховатая академическая интонация книги Дэвида Киппера адресована читателю не столько увлеченному, сколько заинтересованному, и идеально соответствует взятой на себя автором миссии “достижения консенсуса при соблюдении идеологического нейтралитета”. В его задачу не входило увеличение числа по-

клонников “методов действия” где бы то ни было в мире — методы эти настолько привлекательны в работе, что в занятости изложения как бы уже и не нуждаются.

И последнее. Те из нас, кто успел пережить первые очарования и разочарования в “психодраматической реальности”, знают: не так трудно время от времени “показывать класс” и вдохновенно вести протагониста к катарсису и, возможно, терапевтическому результату. А по-настоящему нелегко просто работать и, вне зависимости от эффективности или бесцветности происходящего, всякий раз искать наилучший “здесь и теперь” выбор, понимая и принимая его последствия. Книга Дэвида Киппера поможет именно в этом.

О, МУЗА ПЛАЧА...*

Все мы были ребенками, и вот что из ребенков получается.

Леонид Леонов. Нашествие

Я видела упадок плоти
И грубо поврежденный дух,
Но помышляла о субботе,
Когда родные к ним придут.

*Белла Ахмадулина.
(Из “Больничного цикла”)*

Сборник прекрасных статей, сильно и свободно написанных профессионалами высокого класса, отвечает на многие вопросы: что такое классическая психодрама в Европе сегодня, чего она как метод требует от психотерапевта, как “техники” соотносятся с “вдохновением” и — что, возможно, для нас важнее — каким потребностям, какому запросу этот метод отвечает в наибольшей мере. Или, если угодно, за какие проблемы отваживается браться.

“Спецконтингенты”, встающие со страниц сборника, — по большей части те, с кем работать трудно и о ком “приличная публи-

*Предисловие к книге “Психодрама: вдохновение и техника”. Составители Пол Холмс и Марша Карп. (М.: НФ “Класс”, 1997).

ка” предпочла бы вообще не помнить. Заключение, умственно отсталые подростки, онкологические больные, дети, пережившие сексуальное посягательство, взрослые, выросшие в дисфункциональных семьях... Жертвы, преступники, сирые, убогие... К тому же ясно, что это — именно те “клиенты”, которые вообще (и в психотерапии — в частности) не склонны рефлексировать, анализировать, осознавать: одним, что называется, нечем, другим — слишком страшно, третьи вообще не верят никаким словам и в грош их не ставят. Описанная в других главах работа с обычными (даже очень трудными) подростками и нормальной (даже крайне сложной) семьей воспринимается на этом фоне почти идиллической картиной, напоминающей о том, что “ведь где-то есть простая жизнь и свет...”

Адам Блатнер, чьи книги известны каждому психодраматисту, писал: “Профессионалы, обладающие самым высоким статусом, в качестве своего “экономического контекста” избрали частную практику. Тем же проблемам, с которыми обычно обращаются к частнопрактикующим психотерапевтам, в наибольшей мере отвечали аналитические подходы.

Уже одно то, что Морено издавна работал с заключенными, умственно отсталыми, психотиками, слишком контрастировало с интересами большинства профессионалов и делало его “базу данных” едва ли пригодной и применимой для них. Правда, уже начиная с 60-х годов появляется множество работ, убедительно показывающих эффективность психодрамы и по отношению к стандартным невротическим проблемам”*.

Заметим сразу: это сказано представителем метода, его верным рыцарем и многолетним толкователем, который нисколько не сомневается в могуществе психодрамы, но и не может не замечать ее давней, еще от самого Джей Эл Морено пошедшей склонности к скорбным, неудобным и опасным пространствам. И поскольку сам метод не признает “просто совпадений”, можно считать неслучайным и то, что он, как нигде в мире, прижился и расцвел в Латинской Америке с ее диктатурами, карнавалами, страшной и свежей памятью о бесследно исчезающих людях, трущобах и экзотической (для более благополучного мира) “фактурой”...

*Adam Blatner. Foundations of Psychodrama. History, Theory and Practice, p. 88.

Интересно также и то, что из всех представителей всех методов психотерапии именно психодраматисты первыми появились в России с программой настоящего — многолетнего и систематического — обучения методу. Хотя, казалось бы, “что он Гекубе”...

Предсказывать судьбу русской психодрамы — дело неблагодарное, у нас вообще с предсказуемостью плохо, да и клиенты говорят на своем чудесном, корявом языке, что, мол, “у нас вся жизнь — сплошная психодрама”, то есть и так страстей-мордастей через край. (Кстати, именно то, что слово кажется понятным, создает специфические трудности для профессионала, взявшегося работать этим методом: одних потенциальных клиентов оно пугает сразу, другие, наоборот, “крови жаждут”. Первых больше.)

Как бы там ни было, но встреча российского профессионального сообщества с психодрамой совершенно закономерна, хотя она готова к ней, пожалуй, больше, чем мы.

...Однажды (и не так давно, но все равно в другой жизни — быстро они у нас мелькают) у автора этих строк состоялся достопамятный разговор с Йораном Хёгбергом, первым учителем, которому мы во многом обязаны всей короткой историей психодрамы в России. Говорили, понятное дело, о ней и — контрапунктом — о том, что в тот момент было за московским окном: о помойке. Как раз тогда ее стало особенно много, а город казался просто умирающим — почти Венеция, только не так красиво. Как раз тогда поэзия распада и полураспада сменила искусственный оптимизм предыдущей эпохи, и уже просто не стало такой пакости, которая не была бы произнесена и адресована, эксгумирована или, напротив, напророчена. И все это оказалось странно, непрямо связано с главной темой разговора — спецификой реагирования, сопротивления в частности, в российских психодраматических группах: как водится, на одно “да” — три-четыре “нет”, упрямое уклончивое недоверие вперемешку с жадной немедленного чуда, изощреннейшие способы запутывания, размывания, выворачивания наизнанку всякого простого позитивного сообщения... ну, и конечно, легендарные опоздания... Мы дружно, усилиями маленькой международной команды пытались связать свой личный и групповой опыт с историческим контекстом, разница была лишь в том, что одни участники

разговора видели эту связь как бы со стороны, другие — сидя в этом самом контексте по уши: мы знали слишком много деталей, на пальцах пытались их описывать... А Йоран тогда сказал, что наблюдения наши верные, но неоплаканные могилы важнее “помойки” — в буквальном ли, в переносном ли смысле слова.

И с этим нельзя было не согласиться, но ведь так легко видеть то, что перед глазами, и невероятно трудно помнить о том, что уже несколько поколений всегда под ногами, на чем замешена сама почва: об умолчаниях и отведенных глазах, без вести пропавших и в списках не значившихся; о том, что исторически сложившийся “механизм совладания” с такой реальностью — “не верь, не бойся, не проси”; о том, что тысячи деталей годами напоминают о возможности насилия и готовности к нему — в той ли, в другой ли роли. Каждому из нас известно слишком много такого, что трудно помнить и осознать каждую минуту.

“Жить в России и не иметь лагерного опыта невозможно. Если вы не сидели, то имели прикосновения и проекции: сами были близки к этому или за вас отволокли близкие и дальние родственники или ваши будущие друзья и знакомые. Лагерный же быт растворен повсюду: в армии и колхозах, на вокзалах и в банях, в школах и пионерлагерях, вузах и студенческих стройотрядах. Он настолько присущ, что не узнавать его в лицо можно, лишь не побывав в настоящем лагере”^{*}.

Книга, которая перед Вами, рассказывает о возвращении способности чувствовать и выражать чувства там, где было испытано столько боли, что беспомыслие, безнадежность и бесчувствие когда-то оказались лучшим способом выжить. О “послойной” эмоциональной реанимации, опирающейся на знание: минув гнев и горе, минув оплакивание потерь, не добравшись до прощения и любви. В давнем разговоре о помойках и могилах Йоран еще сказал, что немислимая популярность Высоцкого связана, кроме прочего, еще и с тем, что его хриплый рев, его рыдающие согласные — это мужской погребальный плач: пр-р-ротопи ты мне баньку по-белому, я от белого света отвык... “Время ночь”, как сказано у другой писательницы, чьи реквиемы и монологи ведут наше упирающееся сознание в “женское отделение” того же привычного ада, где ни родить, ни похоронить по-человече-

^{*}Битов А. Близкое ретро, или комментарий к общеизвестному // Новый мир, 1986, № 4, с. 145.

ски, а люди этого как бы не замечают и скандалят, скандалят — почему бы?

Психодрама ставит нас лицом к лицу с этой подавленной болью и дает возможность перестать ее вытеснять, принять наш общий и свой частный человеческий опыт, научиться оплакивать потери, и не за себя одних.

Я слышу отзвуки этих погребальных плачей в рваных, неумелых рыданиях на психодраматических сессиях, — особенно на тех, где идет работа с “семейным деревом”, когда внук сгинувшего в казахстанской ссылке учителя играет чьего-то сгоревшего в танке дядю Колю, а правнучка красавицы-попадьи — бабушку-комсомолку с наганом на боку. Когда становится до боли ясно, что каждый из нас, все-таки родившихся, — не просто чудом выживший, а победитель, и “наши мертвые нас не оставят в беде”, и под безобразной арматурой, торчащей из поверженных памятников и недостроенного бетонного убожества, все равно теплится “любовь к родному пепелищу”, а прабабушкины серебряные серьги уже подарены дочке.

Как и всем остальным методам психотерапии, психодраме учатся долго и преимущественно на себе: через “клиентскую роль”. Для российского профессионала это особенно важно, потому что идея обучения через непосредственный опыт у нас еще не стала аксиомой профессиональной подготовки. Психодрама — один из методов, прекрасно дающих почувствовать то общее, что есть у нас с нашими клиентами. А этот сборник — прекрасное подтверждение тому, что она готова к разной работе, в том числе — тяжелой и неблагодарной. Даже те особенности ее истории, которые когда-то сделали ее не вполне “принятой в приличном обществе” других психотерапевтических подходов, обернулись ей во благо, рост и развитие, и лишь объем и задачи предисловия не позволяют говорить сейчас о ее “других лицах”. Их много, и выражения гнева или скорби составляют “мимику метода” ровно настолько, насколько это нужно “здесь и теперь”.

...Однажды в прекрасном и небольшом городе N врачи и психологи решали, заказать ли им длительный — трехлетний — тренинг по психодраме или по гештальт-терапии. Основной довод

против первого метода был “это очень страшно”. Может, потому и выбрали?

ПОХВАЛЬНОЕ СЛОВО ТРЕЗВОСТИ (Записки очевидца)*

Есть силы тайные в глубокой тьме ночной —
они мышей летучих окрыляют,
моря магнитят, бездны углубляют,
вкрапляют искру божью в труд ручной
и сны прядут...
Есть мудрость в том, что эти силы нам незримы...

Юнна Мориц

Интерпретация (Interpretation; Deutung) — действие, в результате которого выраженное на одном языке становится понятным на другом.

*Аналитическая психология.
Словарь В. Зеленского*

Буквальный перевод немецкого названия этой книги — “Самопознание в игре”. Просто и корректно, как и сама книга: читателя ожидает уникальная возможность встретиться с внятным юнгианством и трезвой психодрамой. Личность автора, как представляется, миссии соответствует идеально, хотя и не вполне очевидно — настолько она не на виду, настолько сдержанна интонация, равновесна композиция. Все достойно, нейтрально, вполголоса. В тех пространствах, куда допускает нас эта негромкая книга, от современного человека требуется больше смирения, чем ему это удобно и привычно. Автор же обладает этим редким даром в полной мере.

Мы не знаем Эллинор Барц как частнопрактикующего юнгианского аналитика, но ее психодраматическое *sredo* достаточно необычно. Она — профессиональное вспомогательное лицо, всегда дублирующее протагониста. Ее место — за его спиной и

*Предисловие к книге Эллинор Барц “Игра в глубокое: Введение в юнгианскую психодраму” (М.: НФ “Класс”, 1997).

только там, а руки — обе, в отличие от классического дублирования, — прикасаются к этой спине, “слушают”. Ее легко перестать замечать, увлекшись сильным директорством Хельмута Барца. Но она всегда рядом: следует за протагонистом тихо и неотступно, как нитка за иглой. Ее негромкие выступления в роли alter ego порой звучат как вопросы: о чем я сейчас вздыхаю? что заставляет меня двигаться быстрее? чего я хочу?

Создается впечатление, что Эллинор действует в темноте и тишине, где становятся важными, “крупными” всякий шорох и шепот, малое движение, эхо шагов... Площадка же, где строит графически четкие мизансцены Хельмут-директор, как бы ярко освещена, и на ней нет места случайному и смутному. Здесь — ясность, замысел, порядок. Эти два пространства словно притягиваются друг другом, через протагониста и соединяясь, и разграничиваясь одновременно. Позже, в шеринге, Эллинор — как и все остальные — говорит сначала “из роли”: “Как твое alter ego я чувствовала...” И в этот момент впервые ее голос для протагониста перестает быть голосом невидимки или медиума и приобретает отдельность, лицо, — а с ними и другие права.

...В сдержанной, временами даже кажущейся отстраненной авторской манере изложения очень многое — от истинно европейского взгляда на вещи: уже столько всего произошло и было сказано, за идеи пролито столько крови и чернил, что в конце нынешнего бурного века кажется излишним повышать голос ради какого бы то ни было суждения. Читая, словно погружаешься в некий “культурный слой”, где смешались двенадцать языков, и сейчас уже неважно, кто и кого завоевывал. Копнешь — черепок этрусской вазы; еще копнешь — рогатый шлем, а то и кремневый наконечник стрелы... Поневоле станешь махать лопатой потише: уместней кисточка и хороший запас терпения. Тем более, что в таком “раскопе” можно напороться и на неразорвавшийся снаряд времен последней большой войны...

Эллинор говорит, что в русской речи ей слышатся отзвуки польской: она из Силезии, из судетских немцев. Превратности истории вынудили оставить родные места. Глядя на заросли подмосковной крапивы, добавляет: “После войны мы это клали во все: в хлеб, в суп... Очень хорошее растение”.

В молодости она изучала теологию и педагогику в Тюбингене и Гамбурге, потом растила четверых детей, уже в Швейцарии. Впе-

реди была длинная история: сначала занятия керамикой (для души), потом — астрология (всерьез, не по-любительски*), еще потом — аналитическая психология, а уж совсем потом — психодрама и их синтез. В некоторых из этих разных миров они бывают с Хельмутом: много лет как супруги, а в последний период своей долгой совместной жизни еще и как ко-терапевты. А в некоторых она “своя” и сама по себе, сухонькая и прямая, с чуткими руками керамистки и неслышной поступью, парадоксально сочетающая деликатность и хватку. Одна молодая российская коллега после тренинга Барцев сказала, что больше не боится старости: увидела другие возможности, связанные с этим возрастом.

Во всей работе, практической и литературной, Эллинор Барц остается виртуозным “переводчиком с неизвестного”, посредником — той, кто задает вопросы на границе света и темноты и терпеливо прядет нити смысла.

САНИТАРНЫЙ ДЕНЬ В “ВОЛШЕБНОЙ ЛАВКЕ”**

Привкус горечи в постоянной войне между белым клоуном и рыжим возникает не от музыки или чего-то в этом роде, а от сознания того очевидного для нас факта, что мы не в состоянии примирить эти две фигуры.

*Федерико Феллини.
Делать фильм*

Одно из сильнейших театральных впечатлений — темная сцена и пустой зал, место действия без актеров и зрителей, где уже затихли отзвуки вчерашнего представления и еще не родились голоса и краски сегодняшнего. Рабочее место, лишенное эффектов и иллюзий и именно поэтому обладающее особой магией... На подмостках, влажных после уборки, — вон и сутулая фигура с ведром — меловая разметка мизансцен. Поворотный круг неподвижен, скупое репетиционное освещение делает тени густыми и

*См., например, монографию: Elynor Barz. Gods and Planets. The Archetypes of Astrology. Chiron Publication, 1993.

**Предисловие к книге Питера Феликса Келлермана “Психодрама крупным планом: Анализ терапевтических механизмов” (М.: НФ “Класс”, 1998).

глубокими; на столике в проходе — исчерканный режиссерский экземпляр пьесы; именно “здесь и теперь” только и можно увидеть, *как это делается*. Изнанка с ее “узлами” и прозой завораживает накрепко, некоторых — на всю жизнь: “ступайте в театр, живите и умрите в нем, если сможете”.

В этой книге, поначалу кажущейся суховатой и демонстративно рациональной, прячется похожая атмосфера, причем спрятана она умело. О любви автор лишь проговаривается, а главный его пафос состоит как раз в том, что предмет любви — психодрама — описывается как обычный, то есть серьезный метод психотерапии. Есть у нее и отчетливые механизмы, и ограничения, и противоречия, и своя мифологизированная “официальная версия” (с ней П.Ф. Келлерман полемизирует, но под видом академической беспристрастности; эта изысканная полемика составляет немалое обаяние книги, ее подтекст).

В общем, для страстно любящих ту же “прекрасную даму” излагается и аргументируется вполне кощунственная мысль: психодрама — метод как метод. Может отказаться от некоторых спецэффектов, развеять ею же созданную волшебную атмосферу, не слышать восторженных голосов почитателей — и все равно не бояться пристального рассмотрения. Выдержит, сохраняя достоинство.

Есть в этом, конечно, изрядная доля суровости — как если бы какой-то средневековый барон, желая упрочить репутацию жены, учинил ей принародное испытание огнем: мол, честная — ожогов не останется. Впрочем, от аналитического взгляда плавится только грим, автор же полностью уверен в необходимости испытания и его исходе.

В этой книге читатель найдет самый полный — на сегодняшний день — анализ того, что именно может клиническая психодрама и как эти возможности оптимально реализуются. Нового же описания структуры профессиональной деятельности психодраматиста не появится еще долго: “умри — лучше не скажешь”. Кажется важным, что разговор с читателем ведется не на жаргоне подхода: “протагонист разогрелся на косвенном дублировании, и тут мы вошли в раннюю сцену, разделили мать на части...” Язык книги подчеркнуто нейтрален, порой даже бесцветен — но лишь потому, что автор намеренно сохраняет такую позицию и работает с понятиями, одинаково доступными любому психотерапевту: научение, инсайт, катарсис, сопротивление...

Голос его теряет беспристрастную интонацию лишь несколько раз — например, когда речь заходит о пресловутой “психодраматической харизме”, легкомыслии и детской жажде славы и любви, столь заметных в творческом почерке стихийного “вакхического” психодраматиста, каким был Джей Эл Морено. (Читателю, особенно не чуждому психоаналитических выкладок, покажутся неслучайными и двойное посвящение “мамам” — настоящей и профессиональной, и появление на страницах этой книги “отцовских фигур” — Феллини и Бергмана...)

Важнее другое: даже занимая весьма критическую позицию в отношении психодраматической “семьи” с ее культом дионисийского начала и нелюбовью к алгебре, автор отстаивает интересы этой самой “семьи” — что бы она по этому поводу ни думала. Он просто жесткий реалист, понимающий, что профессиональные сообщества, слишком зависящие от “чуда, тайны и авторитета”, неизбежно становятся сектами, отталкивают серьезных и работоспособных учеников, сажают на психологическую “иглу” клиентов и разучиваются разговаривать с коллегами. А если вспомнить о культурном контексте этой непростой и замечательной книги... Похоже, что на пороге XXI века романтические противопоставления трезвости и вдохновения, возвышенного и земного больше не работают: вот уж и Сальери оправдан, и клоун Дарио “нобелевку получил”... Show must go on. Занавес!

ВРЕДНО БЫТЬ БОГОМ*

Второй тип назовем из вежливости “поэты”. Они большей частью сущее наказание для родных и благословение для человечества... Скажу еще раз — поэты — это не те, кто пишет стихи или вообще что-нибудь пишет. Поэты — тем, кому воображение и культура помогают понять и выразить чувства других людей.

*Гилберт К. Честертон.
Три типа людей*

*Предисловие к книге Рене Марино “История Доктора: Джей Л. Морено — создатель психодрамы, социометрии и групповой психотерапии” (М.: НФ “Класс”, 2001).

Перед Вами — несомненная биография “поэта”. Писать предисловие к такой книге трудно, поскольку она сама — итог, комментарий, что-то вроде послесловия к жизни ее героя. Поэтому для начала заглянем в самый конец книги, в хронологическую таблицу. Она поражает воображение соединением дат, фактов и лиц, по отдельности вполне известных: какая плотность идей и имен на единицу времени и места, сколько открытий, обещаний, начал! И даже зная, что из всего этого вышло, нельзя не ощутить колоссальную пульсирующую энергию, озноб опрокинутого в прошлое предчувствия...

В учебной программе Хьюстонского психодраматического центра “Иннерстейдж” — им руководила Иви Летце, позже перебравшаяся в Вашингтон; она подготовила и сертифицировала многих ныне действующих российских психодраматистов, вспоминая ее с благодарностью, — есть одно занятное упражнение. Студентам первого года предлагается представить себе некое венское кафе начала века и выбрать из списка возможных посетителей того, кого захочется сыграть. Не знаю, какое впечатлительное списки производил на техасских учеников Иви, а нас он ошарашивает и смущает: как вам нравятся Фрейд и Троцкий за соседними столиками? (Есть там и сам Морено, и Юнг, и Мария Кюри, и Ленин, и много кто еще).

Не было, конечно, никакой такой встречи в кафе, да и не могло быть. Но чем-то эта “учебная фантазия” задевает — то ли полнейшей несовместимостью персонажей, то ли подчеркнута мирной жанровой декорацией нарядной, элегантной Вены. Кофе душист и горяч, как полагается, и женщины носят длинное и похожи на бабочек в своих огромных шляпах, и небывалые достижения науки обманчиво сулят лишь комфорт, скорость, новые возможности...

Доктор же Морено, похоже, окажется вполне в своей стихии: в истории психотерапии нет другого такого авангардиста по духу и образу жизни, да и времена располагают к зеленым балахонам, “пощечинам общественному вкусу”, экспериментам во имя будущего. Счастье еще, что его безудержная склонность к “сносу стен” избрала для себя символический и, по сути дела, позитивный способ реализации. В частной жизни, конечно, были и

пострадавшие — а чего вы хотите от поэта? — но не столько и не так, как от идей иных харизматических лидеров и пламенных революционеров. Психодрама не спасла мир, хотя попытки и были. Взять хотя бы историю о звонке Председателю Мао: история подлинная, вполне трогательная и слегка безумная — как многое у Морено. И все же чем-то смутно тревожащая. Тема “поэт и власть” разработана вдоль и поперек, и уж нам ли не помнить, чем в реальности заканчивались желтые кофты и полеты буревестников. Тема “психотерапевт и власть”, слава Богу, никого пока не интересует. Председатель Мао трубку не берет. Эйзенхауэр и Хрущев ролями не меняются. Возможно, одной попыткой осчастливить человечество в особо крупных размерах меньше...

Эта спокойная книга о крайне беспокойном человеке напоминает еще об одной занятой закономерности: по всему выходит, что групповую психотерапию придумать должны были именно эмигранты, да и придумать ли? По сию пору внушительные конгрессы Международной ассоциации групповой психотерапии проходят под шелест почтительных упоминаний “отцов-основателей” Фулкса и Морено, групп-аналитика и психодраматиста, в свое время увидевших удивительные возможности терапевтической группы в мире, где распалась связь времен, расторгаются все мыслимые узы, бесконечно предают и разочаровывают всяческие отцы.

Между прочим, и первое профессиональное поколение российских групповиков в каком-то смысле сыграло мистерию внутренней эмиграции в мире академической психологии и традиционной медицины. И оставаться бы нам чужаками, проводящими какие-то странные действия по подвалам или на задворках благопристойных учебных заведений, но времена вновь переменялись, с места сорвало всех и вся, родились и рассеялись новые иллюзии, интерес к нашей профессиональной судьбе западных “приемных родителей” тоже оказался недолог... Мы основали институты и журналы, написали книжки, переросли рамки собственных занятий и понятий... И вот тут-то и оказалось, что ответ на вопрос “Who shall survive?” — все тот же, что и в любые другие “времена перемен”.

Позволю себе предсказать реинкарнацию отечественной групповой психотерапии. Казалось бы, научная мода на нее давно прошла, мирно пылятся диссертации, планово переиздается скучнейший Рудестам — в общем, “следствие закончено, забудьте”. И все же мне кажется, что в силу каких-то естественных, в самой природе подхода существующих причин он не может не отозваться на вопросы, занимающие всех на свете людей в ситуации утраты границ, ориентиров, работающей матрицы принадлежности к группам: кто я для других, где мое “мы” в этом меняющемся мире? Возможно, появятся другие названия и новые мифы. Допускаю, что их будет много, а возврат к единому профессиональному аргю “катакомбных” групп нашей молодости — нас мало, но мы понимаем друг друга — невозможен.

Не исключено, что психодрама станет одним из языков, на котором можно говорить (действовать) в наших новых обстоятельствах; кое-что из событий последних лет позволяет это предположить. Одно из соображений в пользу российского будущего психодрамы вполне парадоксально: при всей своей спонтанности-креативности, “все-возможно-установке” она достаточно стара, сильно поумнела за свою долгую и бурную жизнь и, как говорится, не то еще видала. У нее есть отчетливое цеховое самосознание и опыт выживания в не вполне идиллическом семействе других подходов. Ее забывали и вспоминали вновь, ругали и хвалили, растаскивали по клочку без ссылок на первоисточник, а она от этого только набиралась сил и мудрости.

Все это, впрочем, относится скорее к современной психодраме, а не к герою этой книги. Он-то мыслил свое детище миссией, благословением человечества, — а в результате получился просто хороший метод, давший жизнеспособные победы чуть ли не во всех психологических практиках и взошедший — уже под другими именами — там и тут. Оба противоречащих друг другу желания героя — славы и безымянности — сбылись.

А что же автор? Рене Марино — блестящий психодраматист, чья работа впечатляет изяществом и точностью. Еще у него есть учебный центр в живописном канадском местечке Ямашиши. Слово это индейское и означает что-то вроде “ямы с водой”. Ни ям, ни индейцев поблизости нет, но из окна психодраматической

студии видно много неба и деревьев. И когда Рене не ведет сессий и не пишет книг, он сажает эти самые деревья: сотни и сотни крошечных саженцев сосны, кедра, лиственницы. Одни приживаются, другие — нет; медленно растет новый лес.

Получается, что даже частная жизнь и увлечения автора этой книги напоминают о том, что важно не только воспарять, но и приземляться, не только дерзать, но и терпеливо растить.

По-моему, и эта книга во многом об этом, хотя есть в ней и тонкий анализ внутреннего мира героя, и любопытнейшие свидетельства современников, и просто захватывающий сюжет — ведь история Доктора полна неожиданных поворотов, предзнаменований и исполнения пророчеств, славы и скандалов, любви и ревности. С поэтами иначе и не бывает.

* * *

Во избежание недоразумений сообщая: Дороти Витакер ни в каком родстве с Карлом Витакером не состоит, а наш выбор продиктован отнюдь не пристрастием к однофамильцу, а невероятной практической полезностью этой книги. Хотя заставить ее читать студентов по-прежнему трудно, я точно знаю, что потом сами спасибо скажут... Некоторые говорят.

НУЖНЫ ЛИ МЫ НАМ?*

Я встал и подошел к зеркалу. Я не увидел своего отражения. В мутном стекле отражалась занавеска, угол печи и вообще много вещей. Но меня в нем не было.

— В чем дело? — спросил голос. — Есть вопросы? — Кто это говорит? — спросил я, заглядывая за зеркало. За зеркалом было много пыли и дохлых пауков.

*Аркадий и Борис Стругацкие.
Понедельник начинается в субботу*

*Предисловие к книге Дороти Сток Витакер "Группа как инструмент психологической помощи" (В соавторстве с Л.М. Кролем) — (М.: НФ "Класс", 2000).

Книга Дороти Сток Витакер традиционна и полезна, как английская овсянка. Возможно, в этом отражается окончательное превращение психотерапевтических (и схожих с ними по задачам) групп в нечто обыденное, понятное, практичное и — никуда не денешься — существующее в рамках. В границах, в контексте, в системах координат. Чуть не треть книги посвящена тому, как “вписать” свой план проведения группы в реальность. Немаловажная часть этой реальности — структура, которая “заказывает музыку”. Рабочая модель подбирается так, чтобы и группа могла жить и дышать в организации и в то же время не взорвала оную (частная практика и лично возглавляемые центры, где все это может происходить, — не исключение).

Мысль вполне земная, неизбежно знакомая каждому, кто вел разные группы — в клинике и сам по себе, “за идею” и за хорошие деньги, для “ищущих себя” и для топ-менеджмента в серьезной фирме... Вопросы границ, целей, безопасности и эффективности возникают в любом случае. Эта книга полна подсказок о том, когда и как их лучше себе задавать, чтобы два плюс два равнялось четырем — хотя бы время от времени. Иными словами, она о грамотных способах подтверждения азбучных истин — тех, которые первое профессиональное поколение российских “групповиков” открывало самостоятельно. Чаще всего мы начинали догадываться о существовании какого-нибудь правила, неоднократно и варварски его нарушив, кое-как расхлебав последствия и, иногда годы спустя, обнаруживали, что в мире полным-полно инструкций, где на языке разных теорий объясняется, почему вот за это колечко на такой круглой железяке дергать просто так не стоит. Взять хоть “самопальные” группы личностного роста из себя самих и своих знакомых, марафоны по трое суток, “терапевтические интервенции” на тренингах продаж и многое еще, что в свое время стоило “волшебникам-недоучкам” и их клиентам сил, времени, денег, отношений...

Это был, как нынче говорят, “интересный опыт”. Азы групповой техники безопасности и критерии успешной работы постигались “методом большого болота” — это когда тропинку ищут без карты, по принципу “пан или пропал” и желательно в темноте. В первый день, на первом рабочем месте одному из авторов этих

строк было сказано: “А, молодой специалист. Бери группу, займи их до 17.30, потом тебя сменят”. — “?!” — “Да ладно, хуже, чем от таблеток, им все равно не будет. Иди давай, работай”. А вы говорите — границы...

И работали, и научились. Удивительно ли, что эта книга вызывает у опытных “групповиков” смешанные чувства: да, полезно, разумно, но зачем так подробно о само собой разумеющихся вещах? Мы так и не полюбили прописи, хотя большинство уже замечено даже в их сочинительстве. Но начинали-то в свое время как андерграунд, как носители контркультуры, противопоставленной официальной (медицинской или педагогической) модели, — и дело наше было вызывающее, лихое и очень-очень личное. Нынешнее же поколение молодых профессионалов не склонно изобретать велосипеды, а хочет знать их торговые марки, технические возможности, в пределах разумного — устройство, а главное — хорошо ими пользоваться.

И это не может быть иначе, поскольку групповая традиция всегда была зеркалом более широких контекстов и, при всей своей специфике, существует во множестве других отражений, проявляет их и усиливает. Ведь сегодня никого не заставишь читать ночью слепой ксерокс с потерянными первыми страницами, и уже нема дурных переводить “с листа” в кругу таких же фанатов то, что и так завтра издадут. Сегодня проблема не столько в том, чтобы добыть хоть что-нибудь, сколько в том, чтобы выбрать из разного — подходящее. Партизанские действия, похоже, окончены, и ветераны отечественной групповой психотерапии могут писать мемуары, но... кто будет их читать? Ведь опыт, в отличие от знания, прямой трансляции не подлежит...

В свое время люди, приходившие в частные психотерапевтические группы, были чаще всего “социально близкими”, то есть, по ключевому признаку тех лет, читали с нами примерно одни и те же книжки. Понятно, что на таких основаниях может существовать клуб, но не профессия: без расширения круга потенциальных клиентов, без появления “критической массы” людей, которым реально помогли в группах и которые могут об этом рассказать хотя бы своим знакомым, профессионалам тоже будет не из чего выбирать. И, разумеется, среди участников новых групп бу-

дут не только “русские яппи”, но “матери глухонемых детей” из примера Дороти Витакер, и тяжелые контингенты вроде родственников безнадежных больных, и странные, и сами не знающие, чего хотят, и знающие это слишком хорошо... Когда групповая психотерапия займет в нашей культуре то достойное место, которое занимает во всем мире, ситуация станет до какой-то степени сопоставимой с тем, что описано в этой книге. А именно: есть цель — помощь такому-то контингенту в решении такой-то проблемы. Есть условия ее достижения, без учета которых и браться за дело не стоит. И есть тысячи обученных профессионалов, которые в каждом случае делают — шаг за шагом — свой выбор: в какой модели, в одиночку или с ко-терапевтом, на основании какого контракта.

И тогда окончательно укоренится представление об обычности, даже заурядности этой работы — видимо, ее станут именовать “услугой”. И неизбежно размножатся упрощенные, “фельдшерские” варианты (которым, кстати, еще придется кого-то учить). И все мы глубоко прочувствуем, что заказчику тоже есть из чего выбирать, и он выбирает не обязательно самое тонкое, глубокое и авторское. И, видимо, придется в который раз искать какие-то другие слова, чтобы свою работу описывать, рекламировать, продавать... Но каждый, кто изнутри соприкоснулся с удивительным миром групп, кто путешествовал в зеркальном лабиринте и снова и снова проживал вместе с участниками это “обыкновенное чудо”, знает, что дело того стоит. Времена сказок “для научных работников младшего возраста” безвозвратно миновали, раскавыченные цитаты и то никто не узнает, и все же — да здравствует понедельник...

* * *

Книга эта еще более преждевременна, чем все остальные книги серии. Ибо многие ли из наших читателей-профессионалов видели живого супервизора — ну, пусть даже не такого, как великолепный Энтони Уильямс? Но я все-таки надеюсь, что увидят. И даже со временем сами в него превратятся — не без помощи этой книжки.

БУДЬТЕ ГОТОВЫ, ВАШЕ ВЫСОЧЕСТВО*

Случалось ли Вам, глубокоуважаемый читатель, братья за супервизию с нелегким сердцем и в гнетущем состоянии ума? Если нет, уверяю Вас, это только вопрос времени.

Придут и к Вам грамотные молодые коллеги: смотрят в глаза твердо, набросок супервизорского контракта уже в папочке — все “как у больших”. Производил ли Вас кто-то в супервизоры или нет, не так и важно. Самые наши сверхсерьезные договоренности — они все равно поневоле “джентльменские”. Официального института супервизии — чтоб повесткой, а в случае неявки... — у нас, слава Богу, пока нет. Иметь или не иметь супервизора — это как проходить или не проходить личную терапию. Все знают, что надо, а сколько и какой — пока все-таки дело личного выбора.

В общем, молодые коллеги глядят ясно и ждут ответа. А Вы понимаете, что предложение лестное, но хлопотное. Что хотят от терапевта, хоть как-то известно. Супервизор — зверь в наших широтах еще более редкий и потому фантазии и ожидания тут могут оказаться самыми фантастическими. Вопросов прорва, и еще до содержательных возникнет тьма-тьмущая предварительных: по форме, по целям, по ограничениям, “кто кому Вася” и “где выход из этого исхода”. И Вы окажетесь в престранной ситуации: вроде бы опытный профессионал, но сколько же неясностей! И если ловушек терапевта вы уже научились как-то избегать, то с “супервизорскими ловушками” вас вообще никто не знакомил! Даже в самом лучшем случае, если у вас был (а может, и сейчас есть) свой супервизор...

Вы все равно им не откажете. По десятку причин. Одна из них, кстати, в том, что супервизия — это увлекательное интеллектуальное приключение, расширяющее и ваш мир тоже. Но, по счастью, кроме отваги и креативности, есть еще и эта книга. Она для всех тех, кто уже знает, но еще не знает, что знает.

И хотя в названии упомянуты “методы действия”, — то есть по определению речь идет не обо всем поле возможностей, — это

*Предисловие к книге Энтони Уильямса “Вы — супервизор: Шестифокусная модель, роли и техники в супервизии” (М.: НФ “Класс”, 2001).

невероятно, удивительно полезное чтение. Не только для гештальтиста, психодраматиста, семейного терапевта — для любого профессионала.

Как автору удастся одновременно быть таким практичным и таким мудрым, оперировать довольно сложной конструкцией шестифокусной модели и уважать крошечные детали протокола, поддерживать читателя и не обнадеживать его понапрасну, — для меня остается загадкой. А вот что я знаю почти наверняка, и в Австралию ходить не надо: если вы работаете хотя бы десяток лет и имеете профессиональную репутацию, они все равно появятся, молодые коллеги с ясным взором. Придут-придут, так что читайте эту замечательную книгу сейчас. “Be prepared”, что с языка не наших скаутов было переведено на язык наших пионеров как “Будь готов”. Время пошло...

* * *

Но если все-таки писать “для широкого круга читателей”, то шире этого не найдешь. Однажды возле книжного лотка, на котором не торговали книгами нашей серии, рядом со мной оказался мрачноватый молодой человек, настойчиво спрашивавший, когда же будет заказана “Семья и как в ней уцелеть”, — очень надо помочь другу! (Знаем мы этого друга...) Стоя над пестрым развалом “не наших” книг, я испытала острое чувство гордости — за “наши”. В каком признаюсь.

НЕСЕНТИМЕНТАЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ*

Предисловий обычно никто не читает — судьба их такая. Для этого тоже исключение делать не следует. Хотя, если Вы уже добрались до третьей фразы, у автора появился шанс высказаться. Само собой, о книге, которая перед Вами, — во многих отношениях незаурядной. Необычной по форме. Забавной, печальной, умной. И очень профессиональной — как потому, что в ней

*Предисловие к книге Роберта Скиннера и Джона Клииза “Семья и как в ней уцелеть” (М.: НФ “Класс”, 1995).

просто и подробно излагаются идеи психоаналитически ориентированной семейной и групповой психотерапии, так и потому, что профессионально само видение семьи как системы. Или — как проблемы. Возможно, даже как драмы: одно название книги чего стоит.

Конечно, оно привлекает внимание: нетипичное, жесткое, заставляющее вспомнить “черные” анекдоты. Или, по меньшей мере, афоризм парадоксального классика семейной психотерапии Карла Витакера: “Состоять в браке поистине ужасно. Хуже этого может быть только одно — в браке не состоять”.

Но вот что интересно: глядя на это “неприятное” название, люди многозначительно кивают или хихикают, озорно ухмыляются и вообще как-то не кажутся ни шокированными, ни даже озадаченными. Скорее, заинтересованными и довольными. А одна американская коллега — немолодая мать семейства — так и взревела “Oh, yes-s!!!”, — что листки перевода посыпались. Если мы поймем, чем вызывается такая реакция на название книги, мы узнаем нечто важное и о том, зачем и как ее читать.

Что-то такое все знают о семье, о чем вроде бы не принято говорить, на что глухо намекают поговорки типа “В каждой избушке — свои игрушки”... Вот это авторы “цепляют” еще в названии. Они сразу нарушают некую норму, заставляющую умалчивать о проблемах, подавлять чувства, отгонять болезненные воспоминания. И тем самым дают читателю восхитительный, опасный шанс тоже ее нарушить. Например, вытащить на свет Божий многое из “само собой разумеющегося”, что каждый из нас получил в родительской семье, и задать себе вопросы. В том числе и такие, которые наша семья не одобрила бы. (Например, о том, какие чувства принято было считать несуществующими, что было “засунуто за ширму”, выражаясь языком Робина и Джона).

Более того, каждая глава дает нам новые возможности на эти вопросы отвечать — теряясь, испытывая боль, пугаясь... Ведь одно дело — признать, что “секрет” (бессознательное) есть, а другое дело — его раскрыть, пусть и себе самому. Особенно себе самому...

Эту книгу даже сугубые профессионалы — врачи, психологи — будут читать еще и как чьи-то дети, родители, мужья и жены. Тем

более, что авторы с самого начала показывают “на себе”, что чувства можно испытывать — проживать — принимать и, наконец, понимать. И что человек (как и семья) от этого делается только здоровее.

Их профессионализм непривычного для нашего опыта “качественного состава”. И если Робин-доктор больше знает о концепциях и фактах, а Джон-актер его спрашивает, немного играя въедливого “человека с улицы”, то в отношении опыта работы со своими переживаниями и семейным материалом они равны. Почти равны, потому что “работа психотерапевта над собой” (личная терапия) — это обязательное профессиональное требование. Доктор Скиннер, скорее всего, несколько лет проходил индивидуальный психоанализ, каждую неделю минута в минуту появляясь у психоаналитика, и непременно был участником психотерапевтических групп в “клиентской” роли. (Во всем мире диплом врача или психолога еще не “делают” сертифицированного психотерапевта).

А наблюдательная позиция может иногда становиться той самой “ширмой”. Так что, когда при чтении будете ловить себя на реакции типа “ну, это-то ко мне отношения не имеет”, стоит именно этот абзац перечитать. Тем более что про механизмы, происхождение и скрытые цели этой — и многих других — реакций авторы рассказывают просто замечательно.

Так у них получается потому, что на человеческий эмоциональный опыт они не смотрят сверху, мол, я здоров, а у тебя проблемы; твои чувства ненормальнее моих. Их зрение объемно: есть взгляд “изнутри” (собственные чувства, воспоминания, отношения), есть — “сбоку” (сравнения, анализ). И есть постоянное установление связей между этими “точками зрения”.

Кстати, о связях. Эксперимент с искусственным вскармливанием обезьянок проволочными и плюшевыми “мамками”, равно как и другие жутковатые факты, доказывающие фатальный вред преждевременного отделения ребенка от матери, в нашей научно-популярной литературе время от времени встречались. Но никто никогда не слышал, скажем, о молодой неласковой мамаше, в той самой обезьянке вдруг узнавшей бы себя. Себя — девочку, которую ее собственная, вымотанная, мало с ней бывающая, жест-

кая — ну, почти что “проволочная” — мать ни обогреть, ни приласкать, ни — тем самым — научить, конечно же, не могла. Факты как таковые могут быть любой степени достоверности и популярности. Если они не связываются с собственным эмоциональным опытом, они так и остаются “фактами про обезьянку”.

Мы не можем переписать свою историю — ни личную, ни какую-либо еще. Травмы и лишения существуют, и их последствия “звучат” не одно поколение. Но мы можем попытаться свою семейную историю понять, и сам процесс, в котором понимаю всегда предшествует чувство, меняет многое. Почти все. Не удивительно, что такая психотерапия длится годами: ее цель — распутать уникальный рисунок петель и узлов, не “порвав” при этом “нити” — то есть не превысив предел переносимости понимания.

Многие страницы этой книги вызовут у читателя несогласие и даже неприятие: не может быть, это-то господа психоаналитики уж точно сочиняют... И вообще, у нас все не так. Но, уверяю вас, дело совершенно не в том, правы авторы или нет. Хотя они, конечно, сплошь и рядом правы — то, о чем они толкуют, не вчера открыто, хорошо изучено и прочно укоренилось в науках о человеке. Модель, из которой они исходят, очень авторитетна, хотя есть и другие точки зрения, другие теории и другая психотерапия.

Так вот, дело действительно не в том, правы авторы или нет. А в тех реальных чувствах и воспоминаниях, которые у нас при чтении возникают. В установлении связей между прошлым и будущим; между ребенком, которым был каждый — “ребенком” внутри нас — и нашими реальными детьми. В возможности своего “взрослого” опыта сопереживать драме развития, уже понимая, что это именно драма — все “ружья, висящие на стене в первом акте”, в свой черед стреляют. Наконец, в праве не соглашаться с авторами и даже сердиться на них — заметьте, они сами с первой страницы нам это “дарят” — тем, как непочтительна интонация вопросов непрофессионала к “ученому доктору”. Так что можно принимать и по-настоящему “примерять” на себя и свою семью только то, с чем можно себе позволить согласиться. Почти как в настоящей психотерапии.

И тут стоит упомянуть об одном важном отличии “их” опыта от нашего: о самой обыденности и нормальности обращения к психотерапевту здоровых, в сущности, людей. Взгляните на рисунки: две дамы в кафе судачат о своих психотерапевтах... семья на приеме дружно морочит своего... Само жаргонное “shrink”, которое пришлось перевести как “вед” (от “людовед”), непереводимо: нет эквивалента в реальности, нет и слова. А чтобы термин “опустился” в сленг, явление должно быть массовым. Да уже то, что в популярной книжке о психотерапии возможны такие “кусачие” рисунки, не оставляющие авторам — одному, во всяком случае, — никакой возможности укрыться за профессиональным авторитетом, говорит об этом авторитете.

У нас — пока — и в самом деле все иначе. “Психотерапия относительно здоровых” — грамотная, профессиональная — не стала привычной частью здоровой жизни, “деталью пейзажа”.

Зато, по счастью, еще сохраняется привычка читать. Читатель, Вас ожидает не легкая прогулка, а серьезный поход. Мы не можем переписать свою семейную историю, но лучше ее понимать — это, похоже, и есть путь к тому, чтобы “уцелеть”. И это всегда трудно, но никогда не поздно.

СВОЕВРЕМЕННОЕ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ*

Разговор с Мариной Бородицкой, поэтом и переводчиком, для передачи “Литературная аптека”. Передача для старшеклассников, сиречь подростков. Это такая удивительная по скромности и точности культурно-психотерапевтическая акция, которую Марина и Жанна Переляева придумали и ведут лет пять: они приглашают разных знакомых — взрослых, занимающихся не обязательно психологией или литературой, — и спрашивают их о книге, которая была для них важна в ранней юности, которая помогала или даже лечила — от одиночества, от недовольства собой, от неразделенной любви, да мало ли еще в чем нужна помощь в четырнадцать-пятнадцать лет? В “аптеке” должны быть разные снадобья, а мир изменился не настолько, чтобы пренебрегать старыми книгами.

Мы сидели у меня в кабинете, кофе остывал. За окном, как в одном анекдоте, “два мужика ковали лист железа”, что мешало записи. Через полчаса все трое должны были бежать на другие работы. Для нас понедельник начинался по-прежнему в субботу, но дело не только в этом...

Е.М.: Пожалуй, я бы сегодня поговорила о книжке, которая не столько лечение, сколько прививка. Вот она лежит передо мной на столе, вся затрепанная, разваленная. Знаете, почему такая? Потому что лет в 15 под парту было очень удобно просовывать — страницы не топорщатся и строч-

*В сокращенном варианте.

ку не теряешь. Это Стругацкие. “Понедельник начинается в субботу” и “Трудно быть богом”.

М.Б.: Под партой читали?

Е.М.: А как же? Это том из “Библиотеки современной фантастики” — тогда она была современная.

М.Б.: Я тоже обожаю эти книжки.

Е.М.: Фантастика — действительно замечательное чтение. Вспоминаю себя в 15 лет: “большая”, великая литература вся уже подлежит каким-то оценкам, про нее столько сказано, написано, а фантастика — это то, чего родители и учителя вообще не знают и не считают существующим — “А, опять ерунду свою читает!”.

М.Б.: Моя мама говорила: “Макулатуру опять читаешь”.

Е.М.: Ну да. Это делает мир таких книг совершенно другим, тут нет ни одной чужой оценки, по нему ходишь, что называется, без конвоя. Это можно обсуждать со “своими”, с теми, кто тоже читает “эту макулатуру”. Можно спорить, доказывать — и нельзя сказать глупость. Сейчас, когда мой сын читает “фэнтези”, я заглядываю через плечо и вижу: ох, как все вторично! Ох, из того же “Трудно быть богом” все скатано-слизано-передернуто...

М.Б.: Из тех же щей да пожиже влей?

Е.М.: Да. Но я молчу. Иногда это дорогого стоит: так хочется что-нибудь вякнуть, но мне кажется, что промолчать ужасно важно, — и это тоже прививка, мы же о прививке говорим — самостоятельность так самостоятельность. Остров должен быть необитаемым, правда же? В наше время фантастика типа Стругацких попадала в какую-то “щель” между оценками — это был жанр, про который ничего и никем, кроме самих читателей, не было изречено: “Это мы не проходили, это нам не задавали”. Как это освобождает, когда “не задавали”! Это одна из замечательных особенностей жанра, мне она до сих пор очень дорога.

М.Б.: Замечательное понятие прививки: теперь у нас в “Аптеке” прививки делают.

Е.М.: Вакцины, вакцины... Очень две разные вещи под одной корочкой в моем растрепанном томе. В одном речь идет о загадочном научно-исследовательском институте под названием НИИ ЧАВО. С подзаголовком — “Сказка для младших научных сотрудников”. В этом удивительном месте происходят совершенно невероятные вещи, люди там летают сквозь стены и потолки, чтобы попасть на другой этаж в лабораторию к коллеге и без его разрешения взять там какой-нибудь приборчик.

М.Б.: Когда устают, оставляют дубля.

Е.М.: Да, когда им нужно изображать присутствие в другом месте...

М.Б.: На нудном собрании, например.

Е.М.: Или на идиотской новогодней вечеринке. Щелчком пальцев и вырыванием волоска из брови создается копия себя — тупая, развесистая, дубль называется, — и отправляется куда надо, чтобы самим заниматься тем, что интересно. Там идиоты-начальники, как в жизни, но там в коридоре можно встретить персонажей фольклора, античной мифологии, русских сказок... В общем, все всмятку, все странно, при этом весело и с упрямым ощущением того, что жить *должно быть* интересно. Более того, если жить неинтересно, если человек ничего не делает, чтоб было интересно, то его в этом учреждении ожидает печальная участь: ниоткуда не выгоняют, не перестают платить деньги, но происходят необратимые изменения. Начинает расти шерсть на ушах.

М.Б.: И все сразу знают?

Е.М.: Да. Про одного героя, который не только не творческий человек, а вообще идиот, сказано, что “волосы он стриг под горшок, так что никто никогда не видел его ушей”. А про других говорится, что их уши поцарапаны частым бритьем. Возвращаясь к пятнадцати годам, моим или чьим-то другим: это замечательная вакцина для мальчиков и девочек, которые временами ощущают себя немножко странными, что ли. Одинокими. Не просто пронзительной под-

ростковой тоской, которая у каждого пятнадцатилетнего человека в душе обязательно есть.

Здесь немного другое: может быть, они не тем увлекаются, может, не так говорят, не общепринятыми словами. Есть ощущение ворон — если не белых, то с белыми перышками, пестреньких таких. А в том возрасте, когда очень важно быть принятым, парочка белых перышек может восприниматься (про себя помню, точно так было) едва ли не как крест. Про то, что эти перышки следует хранить и выращивать, что именно из них в будущей жизни выйдет толк и по ним найдешь своих, еще ничего не знаешь.

Не знаешь, что по-настоящему важное сложится классно и интересно, а все остальное приложится — как сесть, как встать, с кем как здороваться, какие уместные слова говорить и так далее. На мой взгляд, “Понедельник...” как вакцина — это утверждение права ходить не в ногу и летать не стаей. Или, скорее, отбиться от общепринятой стаи и найти свою.

Вот какая замечательная книжка. Конечно, есть в ней и много всяких других польз по части своевременной вакцинации. Там ведь описывается жизнь научно-исследовательского института, хоть он и Чародейства и Волшебства. Да, куча всякой ужасно симпатичной экзотики, но тем не менее это нормальная организация, в которой есть идиоты, и немало. Они, как правило, чем-нибудь руководят — как это делают идиоты всех времен и народов.

Но кроме дураков-начальников есть еще и замечательные, как я бы сказала в 15 лет, “умные взрослые”: яркие, с чудачествами... Их важно себе тоже представлять пятнадцатилетнему человеку — мне, во всяком случае, в 15 лет было важно. Полезно. Ужасно важно само существование таких сорокалетних и даже пятидесятилетних, живых и с изюминкой: кроме всяких званий и возможностей, что-то поблескивает. Это для пятнадцатилетнего человека — не сочтите, что пафосно звучит, — поистине благая весть. Хорошая прививка и одновременно предупреждение: они

разные, это предыдущее поколение, смотри внимательно, выбирай учителей. И нигде не найдешь такого места, чтобы какой-нибудь кретин не “строил”. Но — есть и свои способы ведения партизанских действий.

Вообще одна из сквозных тем этой лихой, веселой книжки — тема “своих”. Ведь там как все начинается: человек — молодой, программист (тогда это была страшно экзотическая профессия, очень редкая) едет на машине, взятой в прокате, где-то по русскому северу. Голосуют двое у дороги, возвращающиеся с охоты, он их подвозит, машину трясет на ухабах, возникает по ходу дела разговор и оказывается, что им в этой самой конторе нужен программист. Оказывается, что это то место, куда он и ехал или шел. Очень забавно начинается все с фразы (я, к своему стыду, в 15 лет не понимала, что это цитата): “Я приближался к месту моего назначения” — это из “Капитанской дочки”. Видать, не очень хорошо я училась в младших классах, если не опознала тогда это начало! Но еще эта история про то, что *назначение есть*. Честно вам скажу, я всегда стремилась встречать людей, и мне это удавалось, для которых понедельник и в самом деле начинается в субботу. И сейчас так живу.

М.Б.: Еще важная штука какая — язык этой книжки! То же самое, что про Грибоедова говорили, — половина войдет в поговорки. Ведь мы раздергали ее на цитаты, и не всегда даже знаем, что говорим из этой книжки! Например, это: “Молодой человек, не советую — съедят” — это же оттуда. “Я по натуре не Пушкин, я по натуре Белинский”... “Были сигналы — не чай он там пьет”...

Е.М.: Угу. “Совершенно секретно. Перед прочтением сжечь”. Как-то раз пришла я в одну очень серьезную организацию, где соучредители и топ-менеджеры со мной беседовали о целях возможного тренинга. Все было та-ак современно, как нынче говорят, — “бизнесово”. Наверное, мы бы друг другу не очень понравились, если бы не цитата из “Понедельника...” Там плакат висел в одной лаборатории: “Нужны ли мы нам?” Кто-то в разговоре обронил — и раз-

говор пошел совсем другой. Уверяю тебя, это не “ностальжи”, не “букет моей бабушки”. Это, если угодно, заявление о возможности общего языка, для которого есть кое-какие основания. Потом оказалось, что мои заказчики в свое время “фанатели круче”, чем я, — вплоть до обширных цитат наизусть.

М.Б.: “Изба заколебалась, как лодка на волнах. Двор за окном сдвинулся в сторону, а из-под окна вылезла и вонзилась когтями в землю исполинская куриная нога, провела в траве глубокие борозды и снова скрылась...”

Е.М.: “Кристобаль Хозевич Хунта, заведующий отделом Смысла Жизни, был человек замечательный, но, по-видимому, совершенно бессердечный. Некогда, в ранней молодости, он долго был Великим Инквизитором и по сию пору сохранил тогдашние замашки. Почти все свои неудобопонятные эксперименты он производил либо над собой, либо над своими сотрудниками, и об этом уже при мне возмущенно говорили на общем профсоюзном собрании”...

Это, кстати, у него в одной из лабораторий плакатик-то висел. Между прочим, тоже очень важная прививка — капля иронии, малая доза здорового скепсиса даже по отношению к успешному во всех отношениях делу. Своему делу, между прочим. И если все эти чудеса и исследующие их люди возможны в декорациях советского НИИ — профсоюзные собрания, стенгазеты, дежурства по институту — то, может быть, и другой туповатый фон “двадцать лет спустя” еще не исключает исключений?

Вторая книжка — это совсем-совсем другая история: некие разведчики-наблюдатели глубоко внедрены в совершенно дикое и безумное средневековое государство, находящееся на другой планете. Они с ужасом видят, что происходит, — а происходит охота на любого человека, умеющего читать. Вполне достаточно, чтобы донес сосед, — и все: тебя вздернут, имущество в казну. Там средневековье, но с узнаваемыми деталями любого тоталитарного режима, с попыткой контролировать не только действия, но и сознание.

Перед героем, который легендирован как “благородный дон Румата Эсторский”, постоянно возникает выбор — только наблюдать или вмешиваться. Они пытаются вполне хай-тековскими способами какое-то количество этих читающих, пишущих и просто хороших людей спасти, но при этом идет процесс, в котором эти усилия — капля в море. Мрачная, полная интриг, страшная жизнь того мира, в котором они действуют, берет свое, и трудно быть богом. Трудно не впасть в эмоциональное состояние гнева и омерзения и не начать крушить направо и налево — потому что действительно гадость же. Можно сто раз сказать себе, что “они” не виноваты, что это их сознание такое, обстоятельства такие, но ведь гады же, в самом деле!

М.Б.: Невозможно не вмешиваться, совершенно невозможно.

Е.М.: Там есть персонажи и сюжеты, которые и до сих пор вызывают совсем прямые ассоциации. Например, глава министерства, фактически “первое лицо” при слабоумном и бессмысленном короле, помесь инквизитора, какого-нибудь Геббельса и Берии. Орел наш, дон Рэба. Умелыми и широкомасштабными интригами ведет он это средневековое государство к мятежу, когда оно становится полностью подчиненным Святому Ордену, наместником которого он сам и является. Чтобы это произошло, сначала надо вытоптать всё, что может хоть чуть-чуть думать, а для этого нужны, говоря языком двадцатого века, штурмовики. Тупые, грубые лавочники — этакое быдло с топорами, которых нужно сначала на кого следует натравить, а потом убрать.

“Он вспомнил вечерний Арканар. Добротные каменные дома на главных улицах, приветливый фонарик над входом в таверну, благодушные, сытые лавочники пьют пиво за чистыми столами и рассуждают о том, что мир совсем не плох, цены на хлеб падают, цены на латы растут, заговоры раскрываются вовремя, колдунов и подозрительных книгочеев сажают на кол, король по обыкновению велик и светел, а дон Рэба безгранично умен и всегда начеку. «Выдумают, надо же!.. Мир круглый! По мне хоть квадратный, а умов не мути!»”.

Аналогичные конструкции в истории бывали, в истории тоталитарных режимов в особенности. Есть там такая сцена: в кабинете дона Рэбы “благородный дон Румата” вступает с ним в прямую дуэль — словесную, интеллектуальную. В какой-то момент хозяин кабинета — маленький, геморроидальный, бледненький, похожий на поганочку — отдергивает занавеску. И Румата видит, как на фоне догорающего города, развалин домов, окружавших дворцовую площадь, стоит идеально ровный квадрат, образованный конным строем этих самых “черных” — “так вот для кого мостили дорогу несчастные лавочники”. Пронзительное ощущение закономерности очередной “гримасы истории” сформулировано одной фразой: “Там, где торжествует смерть, к власти всегда приходят черные”.

Послание летит, как стрела из арбалета: тяжело, но прицельно — из шестьдесят шестого года, шутка ли! Раз задумавшись об этом в юности, перестать слышать свист стрелы невозможно, и многое из, казалось бы, немыслимого и непредсказуемого уже не кажется таковым. В костюмах и декорациях инопланетного средневековья тебя, что называется, предупредили.

М.Б.: Весь этот фон, между тем, чудесно написан. Там много стреляют из арбалета, бьются на мечах, по форме это “экшн”. Но щедро рассыпанные детали вроде какого-то разведчика, который у соседей-варваров “работал шаманом-эпилептиком с сорокапятисложным именем”, только оформляют главную мысль, а она мучительна и масштабами превосходит сюжет. Очень тревожная книга, очень тревожная.

Е.М.: Однажды в гостях у приятельницы я подошла к окну, отдернула занавеску и увидела, что вся площадь заполнена БТРами. Это был 93-й или 91-й год, не помню. Зато хорошо помню отчетливое ощущение стрелы, покалывающей между лопаток — так “брали на мушку” в “Трудно быть богом”. Что-то случилось: какие решения, какой выбор случившееся заставит сделать меня? И для каждого взрослого человека всегда остается не до конца решенным воп-

рос: вмешиваться или нет, и если да, то как? И если вдруг оказывается, что у тебя есть влияние, есть возможность воздействовать на события, то как этим влиянием распорядиться, не уподобившись тому, что тебе отвратительно?

Прививка состоит в том, что еще в юности тебе внятно объяснили: это придется решать, от этого невозможно спрятаться и для этого не обязательно быть разведчиком в каком-то безумном инопланетном государстве. Для этого достаточно видеть и в какой-то степени понимать, что происходит.

Я ужасно рада, что эти две книги под одной корочкой — затрепанной, затертой — и что до и после меня их читали многие друзья тех давних лет, а теперь прочитал и мой сын. В его восемь лет еще мы читали “Понедельник...”, в десять уже и “Трудно быть богом”. В этих текстах есть какая-то невероятная энергия: в самой словесности, и это удивительно. Совершенно не представляя себе, что такое советский научно-исследовательский институт и уже будучи немного отравлен компьютерными играми, мальчик-то наострил ухо, почуял что-то большее, чем просто “развлекалочка”. Выходит, что прививка действует даже не одно поколение. Качественная, должно быть, вакцина.

ПСИХОЛОГИЯ ПУСТЯКОВ*

Жизнь продолжается, и многое из предсказанного “феей предисловий” сбылось. Последствия “сбычи мечт” оказались, как водится, неоднозначны. В море популярной и профессиональной литературы по психологии плавают много такого, с чем стоять на одной полке грустно. Но... Море заказывали? Превращение профессии из экзотической в обычную предвидели? Наступлению моды на популярную психологию “для пользователя” способствовали? Свободу и многообразие в качестве ценности заявляли? Вот и разделяйте ответственность за последствия, сударыня.

Например, продолжая писать в разные издания. В такие, каких десять лет назад вообще быть не могло, — как не могло быть нового журнала “Психология сегодня”, в который только что написан новый текст, легкий набросок будующей колонки. Вот такой.

С давних пор — с тех времен, когда психологические тесты с “ключами” еще не продавались в подземных переходах, — меня завораживают пустяки. Мелочи человеческой жизни. Манера, почерк. То неповторимое сочетание деталей, каждая из которых не значит и не стоит почти ничего, — но вместе они дают единственное сочетание, которое выражает очень даже многое. “Зерно”, “нутро” — все слова приблизительны. Нет прямого способа не только “потрогать”, но даже и назвать ту невидимую, но прочную нить, на которую нанизаны наши привычки, вкусы, роли,

*Сдано в печать.

стиль жизни — весь этот, с позволения сказать, психологический портрет.

Пустяки так легки, так необязательны, так смеются над тяжело-весной “психологической интерпретацией”. Но одновременно они прочны, как побеги травы: изменяют форму, притаятся, уйдут в сторону и снова сложатся в неслучайный рисунок. Потому что от корня. Что общего между нашим единственным в своем роде почерком и нашей же походкой? Между тем, что творится в ящике стола, и способом думать, хотя бы и за тем же столом? О, немало: мы сами.

Пустяки всегда с нами. Голая суть стремится “одеться” в подробности: без них ей нечем разговаривать с миром.

Поговорим о неважном.

СОДЕРЖАНИЕ

5 Легкие шаги иронии

Часть 1

“СДЕЛАЙТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЛИЦО...”

- 11 Глянец в рассоле
- 12 Под давлением
- 20 Сколь веревочке ни виться
- 27 Личное уравнение риска
- 33 Не нами заведено, не нами и кончится
- 40 Что скрывается в полубраке
- 48 Долго и счастливо
- 57 Скажи мне, кто твоя подруга
- 63 День 8 марта
- 68 Фантики конца века
- 70 Секрет Полишителя
- 80 Кликуха — “психотерапэут”
- 85 Большое “0” и сопутствующие товары
- 96 Словарь скептика
- 102 Словарь скептика — 2

- 107 “Где кончается магия психодрамы?”, или Role reversal без границ
- 114 Тень согласия и примирения

Часть 2

“А ТЫ ЧИТАЛ?..”

- 135 Предисловие к предисловиям, или Невыносимая легкость бумажных обложек
- 137 Руководство для начинающих фей
- 140 Конкурс имени Карнеги, или Поминки по говорящим головам
- 142 А не странен кто ж?
- 145 Представление отменяется
- 147 Родительский день
- 150 Ловушка для Золушки
- 153 О пользе корней, или Скромное обаяние лабораторных работ
- 155 Соблазны азбуки
- 157 А может, и вышивать...
- 160 Прогулки по воде
- 163 Не мир, но меч
- 166 В полуночном мерцанье смыслов тайных
- 168 Ода войлочным тапочкам
- 171 Жизнь налаживается
- 175 Игра по правилам
- 180 О, муза плача...
- 185 Похвальное слово трезвости
- 187 Санитарный день в “волшебной лавке”

- 189 Вредно быть богом
- 193 Нужны ли мы нам?
- 197 Будьте готовы, ваше высочество
- 198 Несентиментальное путешествие
- 203 Своевременное предупреждение

- 212 Психология пустяков

Екатерина Львовна Михайлова

ПУСТЯКИ ПСИХОЛОГИИ

Пристрастные записки Феи-крестной

Редактор И.В. Тепикина

Подготовка публикации Е.С. Салтыковой

Компьютерная верстка С.М. Пчелинцев

Главный редактор и издатель серии Л.М. Кроль

Научный консультант серии Е.Л. Михайлова

Изд.лиц. № 061747

Гигиенический сертификат

№ 77.99.6.953.П.169.1.99. от 19.01.1999 г.

Подписано в печать 21.11.2003 г.

Формат 6088/16. Гарнитура Оффисина. Печать офсетная.

Усл. печ. л. 14. Уч.-изд. л. 9,8. Тираж 2 тыс. экз.

Заказ №

М.: Независимая фирма "Класс", 2004. — 224 с.

103062, Москва, ул. Покровка, д. 31, под. 6.

E-mail: igisp@igisp.ru

Internet: <http://www.igisp.ru>

ISBN 5-86375-053-7 (РФ)

Отпечатано в ППП "Типография НАУКА".

121099, Москва, Шубинский пер., 6.