

ИРВИН ЯЛОМ



ПАЛАЧ ЛЮБВИ

И ДРУГИЕ
ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ
ИСТОРИИ

МИРОВОЙ БЕСТСЕЛЛЕР



Московский
Институт
ПСИХОАНАЛИЗА
РЕКОМЕНДУЕТ

Практическая психотерапия

Ирвин Ялом

**Палач любви и другие
психотерапевтические истории**

«ЭКСМО»

1989

УДК 159.9
ББК 88.3

Ялом И. Д.

Палач любви и другие психотерапевтические истории /
И. Д. Ялом — «Эксмо», 1989 — (Практическая психотерапия)

ISBN 978-5-699-90642-0

«Палач любви» – одно из ключевых произведений известного американского психотерапевта-экзистенциалиста. В книге Ялом как и всегда делится своим опытом с читателем при помощи захватывающих историй. Проблемы, с которыми сталкиваются пациенты Ялома, актуальны абсолютно для всех: боль утраты, неизбежность старения и смерти, горечь отвергнутой любви, страх свободы. Читателя ждет колоссальный накал страстей, весьма откровенные авторские признания и лихо закрученный сюжет, который держит в напряжении до последней страницы.

УДК 159.9
ББК 88.3

ISBN 978-5-699-90642-0

© Ялом И. Д., 1989
© Эксмо, 1989

Содержание

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ БЕСТСЕЛЛЕРЫ	6
Благодарности	8
Пролог	9
Глава 1	17
Конец ознакомительного фрагмента.	49

Ирвин Ялом

Палач любви и другие психотерапевтические истории

Моей семье:

моей жене Мэрилин,

моим детям Ив, Рейду, Виктору и Бену

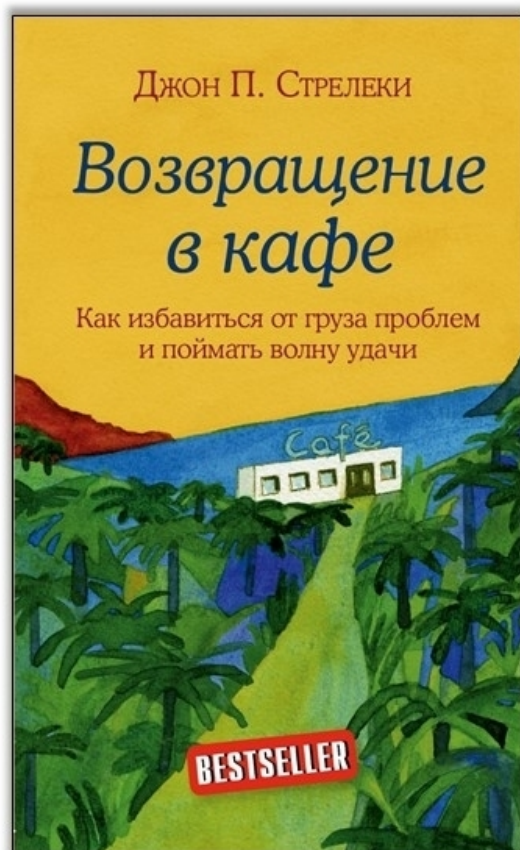
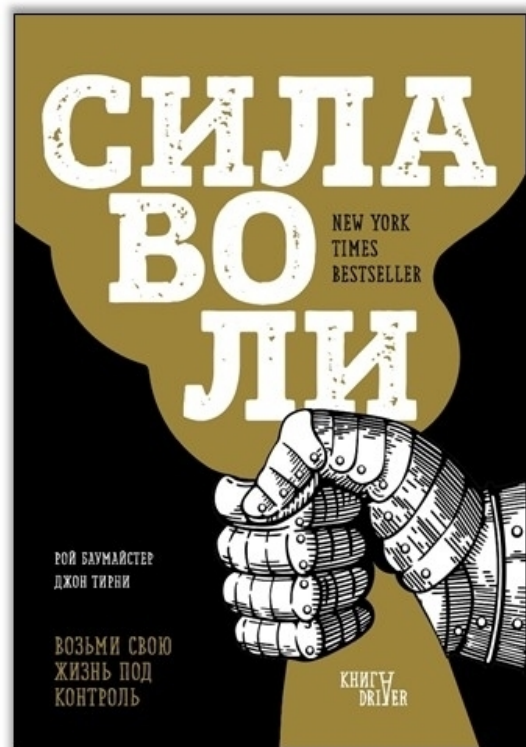
Irvin D. Yalom

Love's Executioner & Other Tales
of Psychotherapy

Copyright © 1989 by Irvin D. Yalom afterword copyright © 2012 by Irvin D. Yalom

Публикуется с разрешения Basic Books, an imprint of Perseus Books LLC (США) и Агентства Александра Корженевского (Россия)

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ БЕСТСЕЛЛЕРЫ



Прочь из замкнутого круга! Как оставить проблемы в прошлом и впустить в свою жизнь счастье

Почему мы совершаем одни и те же ошибки раз за разом? Где искать причины наших неудач? В своей книге ведущие американские психотерапевты Джеффри Янг и Жанет Клоско поделятся уникальными фактами о паттернах поведения и расскажут, как разорвать порочный круг и изменить жизнь к лучшему.

Сила воли. Возьми свою жизнь под контроль

Считаешь, что натренировать силу воли невозможно? Думаешь, что самодисциплина не относится к числу твоих талантов? Дж. Тирни и Р. Баумастер предлагают простую систему самовоспитания, которая не потребует запредельных усилий. Авторы делятся целым набором способов «перехитрить» себя и постепенно, день за днем, сделать силу воли и самоконтроль естественной частью повседневной жизни. Их подход – тот редкий случай, когда проблему предлагается решать не в лоб, а используя обходные пути.

Возвращение в кафе. Как избавиться от груза проблем и поймать волну удачи

Если суета повседневной жизни угнетает, если вы не знаете, как освободиться от груза проблем, если тяжело на душе, пора все поменять! Это новый роман от Джона Стрелеки, автора бестселлера «Кафе на краю земли», о том, как найти свой путь и следовать за своими желаниями. Чудесная атмосфера добра и искренности, увлекательные истории о нашей роли в этом мире и ответы на самые главные вопросы о цели жизни навсегда изменят ваше отношение к реальности и откроют путь к переменам.

Как я стал собой. Воспоминания

Память – вещь ненадежная, книга в этом плане – настоящее спасение для тех, кто осознает важность своего прошлого. Автор мировых бестселлеров и популярный психолог Ирвин Ялом запечатлел на страницах новой книги все самые важные моменты своей жизни. С этими мемуарами читателю выпадает уникальная возможность погрузиться в воспоминания одного из самых успешных современных писателей, чьи книги влюбились в себя весь мир и закрепили за ним звание мастера слова и блестящего собеседника.

Благодарности

Большее половины этой книги было написано во время творческого отпуска, который я провел в путешествиях. Я благодарен многим людям и организациям, которые заботились обо мне и облегчили мне работу над книгой: Гуманитарному центру Стэнфордского университета, Исследовательскому центру Белладжии Рокфеллеровского фонда, докторам Микико и Цунехито Хасагава – в Токио и на Гавайях, кафе «Мальвина» в Сан-Франциско, программе поддержки научного творчества Бенингтонского института.

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

Путь к этой книге был долгим, и по дороге я, конечно, растерял многие имена. Но вот часть из них: Пэт Баумгарднер, Хелен Блау, Мишель Картер, Изабель Дэвис, Стэнли Элкин, Джон Фелстинер, Альберт Герард, Маклин Герард, Рутелин Джоселсон, Херант Катчадориан, Стина Катчадориан, Маргерита Ледерберг, Джон Л'Эро, Мортон Либерман, Ди Лум, К. Лум, Мэри Джейн Моффат, Нэн Робинсон, моя сестра Джин Роуз, Джина Соренсен, Дэвид Шпигель, Винфрид Вайс, мой сын Бенджамин Ялом, те, кто проходил практику по психологии в Стэнфорде в 1988 году, мой секретарь Би Митчелл, в течение десяти лет печатавшая мои клинические заметки и идеи, из которых выросли эти рассказы. Я неизменно благодарен Стэнфордскому университету за оказываемую мне поддержку, академическую свободу и за создаваемую им интеллектуальную атмосферу, которая так необходима для моей работы.

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

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

Пролог

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

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

Так много желаний. Так много тоски. И так много боли, лежащей так близко к поверхности, что до нее можно добраться всего за несколько минут. Боль неизбежности. Боль существования. Боль, которая всегда с нами, которая постоянно прячется за поверхностью жизни и которую, увы, так легко ощутить. Множество событий: простое групповое упражнение, несколько минут глубокого размышления, произведение искусства, проповедь, личностный кризис или утрата – все напоминает нам о том, что наши самые сокровенные желания никогда не исполнятся: желание быть молодым, остановить старость, вернуть ушедших, обрести вечную любовь, защиту, значимость, бессмертие.

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

В этой книге рассказаны истории десяти пациентов, обратившихся к психотерапии и в процессе лечения столкнувшихся с болью существования. Но пришли они ко мне вовсе не по этой причине: все десять пациентов страдали от обычных повседневных проблем: одиночества, презрения к себе, импотенции, головных болей, гиперсексуальности, лишнего веса, повышенного кровяного давления, горя, всепоглощающей любовной зависимости, колебаний настроения, депрессии. Но каким-то образом (и каждый раз по-новому) в процессе терапии обнаруживались глубинные корни этих повседневных проблем – корни, уходящие вглубь, в самую основу существования.

«Я хочу! Я хочу!» – слышится на протяжении всех этих историй. Одна пациентка плакала: «Я хочу вернуть мою любимую умершую дочь!» – и в то же время отталкивала от себя двоих живых сыновей. Другой утверждал: «Я хочу трахнуть каждую женщину, которую вижу!» – в то время, как лимфома расползалась по всем закоулкам его тела. Третий мечтал: «Я хочу иметь родителей, детство, которого у меня никогда не было», – а сам в это время мучился из-за трех писем, которые никак не решался вскрыть. Еще одна пациентка утверждала: «Я хочу быть вечно молодой», – а сама была пожилой женщиной, которая не могла отказаться от навязчивой любви к человеку моложе ее на 35 лет.

Я уверен, что основным предметом психотерапии всегда бывает эта боль существования, а вовсе не подавленные инстинктивные влечения и не полузабытые останки прошлых личных трагедий, как обычно считается. В своей работе с каждым из этих десяти пациентов я исходил из следующего клинического убеждения, на котором основана моя техника: тревожность

вызвана попытками личности, сознательными или бессознательными, справиться с жестокими фактами жизни, с «данностями» существования¹.

Я обнаружил, что для психотерапии имеют особое значение четыре данности: неизбежность смерти каждого из нас и тех, кого мы любим; свобода сделать нашу жизнь такой, какой мы хотим; наше предельное одиночество; и, наконец, отсутствие какого-либо очевидного значения или смысла жизни. Какими бы мрачными ни казались эти данности, они содержат в себе семена мудрости и избавления. Я надеюсь, что мне удалось показать в этих десяти психотерапевтических историях, что можно встретиться лицом к лицу с фактами существования и использовать их энергию в целях личностного изменения и роста.

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

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

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

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

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

Кошмар – это неудавшийся сон; сон, который, не сумев справиться с тревогой, не выполнил свою главную задачу – охранять спящего. Хотя кошмары и отличаются по внешнему содержанию, в основе каждого кошмара лежит один и тот же процесс: жуткий страх смерти преодолевает сопротивление и прорывается в сознание. Рассказ «В поисках сновидца» содержит

¹ Более детальное обсуждение этого экзистенциального подхода и основанных на нем теоретических и практических положений психотерапии см. в моей книге: *Existential Psychotherapy* (N.Y., Basic books, 1980).

уникальный взгляд изнутри на отчаянную попытку психики избежать страха смерти: среди бесконечно мрачных образов, которыми наполнены кошмары Марвина, есть один предмет, сопротивляющийся смерти и поддерживающий жизнь, – сверкающий жезл с белым наконечником, с помощью которого сновидец вступает в сексуальную дуэль со смертью.

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

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

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

Если вера в собственную необыкновенность обеспечивает внутреннее чувство безопасности, другой важный механизм отрицания смерти – *вера в абсолютного спасителя* — позволяет нам чувствовать, что какая-то внешняя сила заботится о нас и покровительствует нам. Хотя мы можем оступиться, заболеть, оказаться на самой грани жизни и смерти, мы убеждены, что существует всемогущий и всемогущий защитник, который всегда сможет воскресить нас.

Эти две системы взглядов вместе образуют диалектику двух диаметрально противоположных реакций на положение человека. Человек либо утверждает свою независимость героическим преодолением себя, либо ищет безопасности, растворяясь в высшей силе; то есть человек либо выделяется и отдаляется, либо сливается и погружается. Человек становится своим собственным родителем или остается вечным ребенком.

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

Свобода, еще одна данность существования, является дилеммой для некоторых героев этой книги. Когда Бетти, тучная пациентка, заявила, что она объелась перед самым приходом ко мне и собирается снова обожраться, как только покинет мой офис, она пыталась отказаться от своей свободы и убедить меня начать ее контролировать. Весь курс терапии с другой пациенткой (Тельмой из новеллы «Палач любви») вращался вокруг темы подчинения бывшему любовнику (и терапевту), а я пытался помочь ей вернуть свободу и силы.

Свобода как данность существования кажется прямой противоположностью смерти. Смерти мы страшимся, а свободу считаем чем-то безусловно положительным. Разве история

западной цивилизации не отмечена стремлением к свободе и разве не это стремление движет историей? Но с экзистенциальной точки зрения свобода неразрывно связана с тревогой, поскольку предполагает, в противоположность повседневному опыту, что тот мир, в который мы пришли и когда-нибудь покинем, не является упорядоченным, он не был раз и навсегда создан по некоему грандиозному проекту. Свобода означает, что человек сам отвечает за свои решения, поступки, за свою жизненную ситуацию.

Хотя слово «*ответственность*» можно употреблять в разных значениях, я предпочитаю определение Сартра: быть ответственным означает «быть автором», то есть каждый из нас является автором своего жизненного замысла. Мы свободны быть какими угодно, кроме несвободных: говоря словами Сартра, мы приговорены к свободе. На самом деле некоторые философы делают даже более сильное утверждение о том, что структура человеческой психики определяет структуру внешней реальности, сами формы пространства и времени. Именно в идее самосозидания и таится тревога: мы – существа, стремящиеся к упорядоченности, и нас пугает идея свободы, которая предполагает, что под нами – пустота, абсолютная бездна.

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

Поскольку пациенты обычно сопротивляются принятию ответственности, терапевт должен разработать техники, позволяющие пациентам осознать, каким образом они сами создают свои проблемы. Очень мощная техника, которую я использую во многих случаях, – это концентрация на «здесь и сейчас». Поскольку пациенты стремятся воссоздать *в условиях терапии* те же межличностные проблемы, которые мучают их в жизни, я концентрируюсь на том, что происходит в данный момент между мною и пациентом, а не на событиях его прошлой или текущей жизни. Изучая детали терапевтических взаимоотношений (или, в групповой терапии, отношения между членами группы), я могу прямо указать пациенту на то, как и чем он влияет на реакции других людей. Так, хотя Дэйв мог сопротивляться принятию ответственности за свои проблемы в браке, он не мог отвергнуть непосредственные данные из опыта групповой терапии: его скрытное, раздражающее и уклончивое поведение заставляло других членов группы реагировать на него примерно так же, как реагировала его жена.

Точно так же терапия Бетти («Толстуха») была неэффективна до тех пор, пока она приписывала свое одиночество особенностям калифорнийской культуры, пестрой и лишенной прочных корней. Только когда я показал ей, как во время наших сеансов ее безличная, робкая, отчужденная манера поведения воссоздает такое же равнодушие в терапевтической среде, она начала осознавать свою ответственность за создание изоляции вокруг себя.

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

Свобода не только требует от нас ответственности за свой жизненный выбор, она подразумевает также, что изменение невозможно без волевого усилия. Хотя терапевты редко используют понятие «воли» в явном виде, тем не менее мы тратим много усилий на то, чтобы повлиять на волю пациента. Мы без конца проясняем и интерпретируем, предполагая, что понимание само по себе приведет к изменению. Такое наше предположение является светским аналогом веры, поскольку не поддается эмпирической проверке. После того как годы интерпретаций не приводят к изменениям, мы можем начать апеллировать непосредственно к воле: «Знаете, еще

необходимо прилагать усилия. Вы должны попытаться. Бывает время рассуждать, но сейчас пора действовать». И когда прямые увещания терпят неудачу, терапевт доходит до того (что и показано в моих историях), что применяет любые известные средства воздействия одного человека на другого. Так, я могу советовать, спорить, изводить, льстить, подначивать, умолять или просто терпеть и ждать, что пациент устанет от своего невротического взгляда на мир.

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

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

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

Решение трудно принять по многим причинам, и некоторые из них лежат в самом основании нашего бытия. Джон Гарднер в романе «Грендель» описывает мудреца, который подводит итог своим размышлениям над тайнами жизни двумя простыми, но страшными фразами: «Все угасает. Альтернативы исключают друг друга». О первом утверждении – неизбежности смерти – я уже говорил. Вторая фраза содержит ключ к пониманию трудности любого решения. Решение неизбежно содержит в себе отказ: у любого «да» есть свое «нет», каждое принятое решение уничтожает все остальные возможности. Корень слова «решить» (*decide*) означает «убить», как в словах *homicide* (убийство) и *suicide* (самоубийство)². Так, Тельма цеплялась за ничтожно малый шанс, что ей когда-нибудь удастся вернуть любовь своего возлюбленного, и отказ от этой возможности означал для нее уничтожение и смерть.

Экзистенциальная изоляция – третья данность – вызвана непреодолимым разрывом между «Я» и другими, разрывом, который существует даже при очень глубоких и доверительных межличностных отношениях. Человек отделен не только от других людей, но и от мира, в той мере, в какой человек создает свой собственный мир. Эту экзистенциальную изоляцию необходимо отличать от других типов изоляции – межличностной и внутренней.

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

Поскольку проблема экзистенциальной изоляции неразрешима, терапевт должен развенчивать ее иллюзорные решения. Попытки человека избежать изоляции могут препятствовать нормальным отношениям с другими людьми. Многие дружбы и браки распадаются потому, что

² В русском языке это значение слова «решить» сохранилось в уголовном жаргоне («порешить»). – Прим. перев.

вместо проявления заботы друг о друге партнеры используют друг друга как средство борьбы со своей изоляцией.

Довольно распространенная и действенная попытка избежать экзистенциальной изоляции, встречающаяся в нескольких моих историях, – это слияние, размывание границ собственной личности, растворение в другом. Сила тенденции к слиянию была продемонстрирована экспериментом с подпороговым восприятием, в котором фраза «Мы с мамой одно целое» мелькала на экране так быстро, что испытуемые не могли сознательно воспринимать ее, но сообщали о том, что они почувствовали себя лучше, сильнее, увереннее. Эффект проявлялся даже в сравнительном улучшении результатов терапии (включающей изменение поведения) курения, ожирения и подростковых поведенческих проблем.

Один из величайших жизненных парадоксов заключается в том, что развитие самосознания усиливает тревогу. Слияние рассеивает тревогу самым радикальным образом – уничтожая самосознание. Человек, который влюбляется и переживает блаженное состояние слияния с любимым, не рефлексировывает, поскольку его одинокое сомневающееся «Я» и сопутствующий страх изоляции растворяются в «мы». Таким образом, человек избавляется от тревоги, теряя самого себя.

Вот почему терапевты не любят иметь дело с влюбленными пациентами. Терапия и любовное слияние несовместимы, поскольку для терапевтической работы необходимо сомневающееся «Я» и тревога, которая служит указанием на внутренние конфликты.

Кроме того, мне, как и большинству терапевтов, трудно установить продуктивные отношения с влюбленным пациентом. Например, Тельма из рассказа «Палач любви» не хотела устанавливать отношения со мной: вся ее энергия была поглощена любовной зависимостью. Берегитесь исключительной и сильной привязанности к другому; она вовсе не является, как это часто кажется, примером абсолютной любви. Такая исключительная любовь, замкнутая на себе, не нуждающаяся в других и ничего им не дающая, обречена на саморазрушение. Любовь – это не просто страсть, вспыхивающая между двумя людьми. Влюбленность бесконечно далека от постоянной любви. Любовь – это, скорее, форма существования: не столько влечение, сколько самоотдача, отношение не столько к одному человеку, сколько к миру в целом.

Хотя мы обычно стремимся прожить жизнь парами или в группах, наступает время, чаще всего в преддверии смерти, когда перед нами с холодной ясностью открывается истина: мы рождаемся и умираем в одиночку. Я слышал признание многих умирающих пациентов, что самое страшное – не то, что ты умираешь, а что ты умираешь совсем один. Но даже перед лицом смерти истинная готовность другого быть рядом до конца может преодолеть изоляцию. Как выразился пациент из рассказа «Не ходи крадучись»: «Даже если ты один в лодке, всегда приятно видеть огни других лодок, покачивающихся рядом».

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

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

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

Этот экзистенциальный парадокс – человек, который ищет смысл и уверенность в мире, не имеющем ни того ни другого, – обладает огромным значением для профессии психотерапевта. В своей ежедневной работе терапевт, который стремится искренне относиться к своим пациентам, испытывает сильную неопределенность. Столкновение пациентов с неразрешимыми вопросами бытия не только ставит перед терапевтом те же самые вопросы, но и заставляет его понять, как пришлось понять мне самому в рассказе «Две улыбки», что переживания другого неуловимо интимны и недоступны окончательному пониманию.

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

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

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

Двойная роль наблюдателя и участника требует от терапевта большого мастерства, и она поставила передо мной в описанных здесь случаях ряд мучительных вопросов. Например, вправе ли я рассчитывать, что пациент, который попросил меня сохранить его любовные письма, сможет справиться с той проблемой, решения которой я сам всю жизнь избегал? Могу ли я помочь ему продвинуться дальше, чем смог я сам? Должен ли я ставить перед мучительными экзистенциальными вопросами, на которые у меня самого нет ответа, умирающего человека, безутешную вдову, мать, потерявшую ребенка, тревожного пенсионера со снами о сверхъестественном? Могу ли я обнаружить свою слабость и ограничения перед пациенткой, альтер-личность которой действует на меня возбуждающе? Способен ли я установить искренние и заботливые отношения с толстой дамой, внешний вид которой вызывает у меня отвращение? Должен ли я во имя торжества самопознания разрушать нелепую, но поддерживающую и утешительную любовную иллюзию пожилой женщины? Вправе ли я навязывать свою волю

человеку, не способному действовать в своих интересах и позволившему терроризировать себя
трем нераспечатанным письмам?

Хотя все истории пестрят словами «терапевт» и «пациент», эти термины не должны вводить вас в заблуждение: речь идет о каждом мужчине и о каждой женщине. Положение больного является всеобщим уделом; медицинские ярлыки во многом условны и больше зависят от культурных, образовательных и экономических факторов, чем от тяжести патологии. Поскольку терапевтам в той же мере, что и пациентам, приходится сталкиваться с данностями существования, профессиональная позиция непредвзятой объективности, столь необходимая в научном исследовании, в нашей области неприемлема. Мы, психотерапевты, не можем просто сочувственно охать или призывать пациентов решительнее бороться со своими трудностями. Мы не можем говорить им «Вы» и «Это ваши проблемы». Наоборот, мы должны говорить о нас и наших проблемах, потому что наша жизнь и наше существование неотделимы от смерти, любовь – от потери, свобода – от страха, рост – от разлуки. В этом мы все похожи.

Глава 1

Лечение от любви

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

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

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

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

Во время нашей первой встречи Тельма держалась отстраненно и чопорно. Она не ответила на мою приветственную улыбку, а когда я вел ее в свой кабинет, следовала за мной на расстоянии пары шагов. Войдя в мой кабинет, она сразу же села, даже не оглядевшись по сторонам. Затем, не дожидаясь моих слов и даже не расстегнув толстой куртки, одетой поверх тренировочного костюма, она глубоко вздохнула и начала:

– Восемь лет назад у меня был роман с моим терапевтом. С тех пор я не могу избавиться от мыслей о нем. Один раз я уже почти покончила с собой и уверена, что в следующий раз мне это удастся. Вы – моя последняя надежда.

Я всегда очень внимательно слушаю первые слова пациента. Часто они каким-то загадочным образом предсказывают и предопределяют то, какие отношения мне удастся создать с ним. Слова человека дают разрешение другому проникнуть в его жизнь, но тон голоса Тельмы не содержал приглашения приблизиться.

Она продолжала:

– Если вам трудно мне поверить, возможно, это поможет! – Она порылась в выцветшей красной сумке с тесемками и протянула мне две старые фотографии. На первой была изображена молодая красивая танцовщица в обтягивающем черном трико. Взглянув на ее лицо, я был поражен, встретив огромные глаза Тельмы, всматривающиеся в меня сквозь десятилетия.

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

Хотя я с трудом мог вообразить себе роман между этой запущенной старухой и ее терапевтом, я не сказал ни слова о том, что не верю ей. Фактически я вообще ничего не сказал. Я пытался сохранять полную объективность, но она, вероятно, заметила какой-то признак моего недоверия, возможно, немного расширившиеся зрачки. Я решил не опровергать ее обвинения

в недоверии. Для галантности было неподходящее время, к тому же в самом деле есть что-то абсурдное в идее любовного безумия неопрятной семидесятилетней женщины. Мы оба это понимали, и глупо было делать вид, что это не так.

Вскоре я узнал, что в течение последних двадцати лет она страдала хронической депрессией и почти постоянно проходила психиатрическое лечение. В основном терапия проходила в местной окружной психиатрической клинике, где ее лечили несколько практикантов. Примерно за одиннадцать лет до описываемых событий она начала лечение у Мэтью, молодого и красивого психолога-стажера. Она встречалась с ним каждую неделю в течение восьми месяцев в клинике и продолжала лечение как частная пациентка весь следующий год. Затем, когда Мэтью получил полную ставку в государственной психиатрической больнице, ему пришлось бросить частную практику.

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

Тельма несколько минут восторженно говорила о Мэтью:

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

– Например?

– Он открыл для меня духовное, религиозное измерение жизни. Он научил меня заботиться обо всем живом, научил задумываться о смысле моего пребывания на земле. Но он не витал в облаках. Он всегда был здесь, рядом со мной.

Тельма очень оживилась – она говорила рублеными фразами и в ходе рассказа указывала то вниз, на землю, то наверх, в небо. Я мог видеть, что ей доставляло удовольствие говорить о Мэтью.

– Мне нравилось, как он пререкался со мной, ни в чем не давая спуска. И всегда припоминал мне мои хреновые привычки.

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

После Мэтью Тельма продолжала лечиться у других терапевтов, но ни один из них не смог установить с ней контакт и не помог ей почувствовать вкус к жизни, как это сделал Мэтью.

Представьте себе, как она обрадовалась однажды в субботний полдень, через год после их последней встречи, случайно столкнувшись с ним на Юнион-сквер в Сан-Франциско. Они разговорились и, чтобы им не мешала толпа прохожих, зашли в кафе. Им было о чем поговорить. Мэтью интересовался тем, что произошло в жизни Тельмы за прошедший год. Незаметно наступило время обеда, и они отправились в рыбный ресторан Scoma's на Рыбацкой пристани, чтобы отведать крабовый суп чиопино.

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

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

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

– Расскажите мне, что произошло дальше.

– Следующие двадцать семь дней, с 19 июня по 16 июля, были сказкой. Мы по несколько раз в день разговаривали по телефону и четырнадцать раз встретились. Я словно куда-то плыла, скользила, танцевала...

Голос Тельмы стал певучим, она покачивала головой в такт мелодии своих воспоминаний, почти закрыв глаза. Это было довольно суровым испытанием моего терпения. Мне не нравится ощущать себя невидимкой.

– Это было высшим моментом моей жизни. Я никогда не была так счастлива – ни до, ни после. Даже то, что случилось потом, не смогло перечеркнуть то, что он мне тогда дал.

– А что случилось потом?

– Последний раз я видела его днем 16 июля, в половине первого. Два дня я не могла ему дозвониться, а затем без предупреждения явилась в его кабинет. Он ел бутерброд, у него оставалось около двадцати минут до начала терапевтической группы. Я спросила, почему он не отвечает на мои звонки, а он ответил только: «Это неправильно. Мы оба знаем об этом». – Тельма замолчала и тихонько заплакала.

«Не многовато ли времени ему потребовалось, чтобы понять, что это неправильно?» – подумал я.

– Вы можете продолжить?

– Я спросила его: «Что, если я позвоню тебе на следующий год или через пять лет? Ты бы встретился со мной? Могли бы мы еще раз пройтись по Мосту Золотых Ворот? Можно ли мне будет обнять тебя?» В ответ Мэтью молча взял меня за руку, усадил к себе на колени и несколько минут крепко обнимал.

С тех пор я тысячу раз звонила ему и оставляла сообщения на автоответчике. Вначале он отвечал на некоторые мои звонки, но затем я совсем перестала получать от него какие-либо известия. Он порвал со мной. Полное молчание.

Тельма отвернулась и посмотрела в окно. Мелодичность исчезла из ее голоса, она говорила более рассудительно, тоном, полным горечи и отчаяния, но слез больше не было. Теперь она была ближе к тому, чтобы порвать или сломать что-нибудь, нежели к плачу.

– Я так и не смогла выяснить, почему – почему все так закончилось. Во время одного из наших последних разговоров он сказал, что мы должны вернуться к реальной жизни, а затем добавил, что увлечен другим человеком. – Я подумал про себя, что новая любовь Мэтью была, скорее всего, еще одной пациенткой.

Тельма не знала, был ли этот новый человек в жизни Мэтью мужчиной или женщиной. Она подозревала, что Мэтью – гей. Он жил в одном из гей-кварталов Сан-Франциско и был красив той красотой, которая отличает многих гомосексуалистов: у него были аккуратные усы, мальчишеское лицо и тело Меркурия. Эта мысль пришла ей в голову пару лет спустя, когда, показывая кому-то город, она с опаской зашла в один из гей-баров на улице Кастро и была поражена, увидев там пятнадцать Мэтью – пятнадцать стройных, привлекательных юношей с аккуратными усами.

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

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

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

Жизнь Тельмы была спасена лишь благодаря героическим усилиям медиков.

Как только к ней вернулось сознание, первое, что она сделала, – это позвонила Мэтью. Она оставила послание на автоответчике, заверив его, что сохранит их тайну, и умоляла навестить ее в больнице. Мэтью пришел, но пробыл всего пятнадцать минут, и его присутствие, по словам Тельмы, было хуже молчания: он игнорировал все ее намеки на двадцать семь дней их любви и не выходил за рамки формальных профессиональных отношений. Только один раз он не выдержал: когда Тельма спросила, как развиваются его отношения с новым «предметом», Мэтью отрезал: «Тебе не надо об этом знать!»

– Вот и все. – Тельма впервые повернула ко мне свое лицо и добавила безнадежным, усталым голосом: – Я больше никогда его не видела. Я звонила и оставляла ему послания в памятные для нас даты: день его рождения, 19 июня (день нашей первой встречи), 17 июля (день последней встречи), на Рождество и на Новый год. Каждый раз, когда я меняла терапевта, я звонила, чтобы сообщить ему об этом. Он ни разу не ответил.

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

«Я живу той жизнью, которая была восемь лет назад». Запоминающаяся фраза. Я сохранил ее, чтобы использовать в будущем.

– Расскажите мне, какая терапия проводилась с вами последние восемь лет, после вашей попытки самоубийства.

– Все это время у меня были терапевты. Они давали мне много антидепрессантов, которые не слишком помогают, разве что позволяют спать. Другой терапии практически не проводилось. Разговорные методы мне никогда не помогали. Наверное, вы скажете, что я не оставила шансов для психотерапии, поскольку приняла решение ради безопасности Мэтью никогда не упоминать его имени и не рассказывать о своих отношениях с ним никому из терапевтов.

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

Плохая техника! Ошибка, простительная только для новичка! Но я не мог подавить своего изумления. Мне вспомнилась давно забытая сцена. Я на занятии по технике ведения беседы на медицинском факультете. Доброжелательный, но шумный и нечувствительный студент (впоследствии, к счастью, ставший хирургом-ортопедом) проводил консультацию перед своими однокурсниками, пытаясь использовать раннюю роджерсианскую технику убеждения пациента путем повторения последних сказанных слов. Пациент, перечислявший ужасные поступки, совершаемые его тираном-отцом, закончил фразой: «И он ест сырые гамбургеры!» Консультант, изо всех сил пытавшийся сохранить нейтральность, больше не мог сдержать своего негодования и зарычал в ответ: «*Сырые гамбургеры?*» Целый год выражение «сырые гамбургеры» шепотом повторялось на лекциях, неизменно вызывая в аудитории взрыв хохота.

Конечно, я оставил свои воспоминания при себе.

– Но сегодня вы приняли решение прийти ко мне и рассказать правду. Расскажите мне об этом решении.

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

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

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

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

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

Все оправдания терапевтов в таких случаях – не более чем общеизвестные эгоистические рационализации, например, что таким образом терапевт якобы принимает и подтверждает сексуальность пациента. Но если многие пациенты, вероятно, и нуждаются в сексуальной аффирмации – например, явно непривлекательные, тучные, изуродованные хирургическими операциями, – я что-то пока не слышал, чтобы терапевты оказывали сексуальную поддержку кому-то из *них*. Как правило, для такого подтверждения выбирают привлекательных женщин. Без сомнения, это серьезное нарушение со стороны терапевтов, которые сами нуждаются в сексуальной аффирмации, но из-за нехватки ресурсов или находчивости не могут получить его в своей собственной жизни.

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

Именно из-за этого мы требуем, чтобы будущие терапевты проходили длительный курс индивидуальной терапии. Но сегодня, когда время обучения сокращается, уменьшается длительность супервизии, снижаются стандарты обучения и лицензионные требования, терапевты часто пренебрегают правилами, а пациенты страдают от недостатков самопознания у терапевтов. У меня нет никакого сочувствия к безответственным профессионалам, и я обычно настаиваю на том, чтобы пациенты сообщали о сексуальных злоупотреблениях терапевтов в комиссию по этике. Я подумал, как я мог бы поступить с Мэтью, но предположил, что в его случае срок давности истек. И все же мне хотелось, чтобы он знал, какой вред он причинил.

Мои мысли перешли к Тельме, и я на время отложил вопрос о мотивах Мэтью. Но до завершения терапии с ней вопрос об этом еще не раз приходил мне в голову. Мог ли я тогда предположить, что из всех загадок этого случая только загадку Мэтью мне суждено разрешить до конца?

Я был потрясен устойчивостью любовной зависимости Тельмы, которая преследовала ее в течение восьми лет без всякой внешней подпитки. Это наваждение заполнило все ее жизненное пространство. Тельма была права: она действительно *жила той жизнью, которая была* восемь лет назад. Обсессия получает энергию, отнимая ее у других областей существования. Я сомневался, можно ли освободить пациентку от обсессии, не помогая ей сначала обогатить другие стороны ее жизни.

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

Самое большее, на что я мог надеяться, – это установить с ней близкие и значимые отношения, в которых постепенно растворилась бы ее навязчивость. Но это было бы непросто. Отношение Тельмы к терапии было очень прохладным. Только представьте себе, как можно проходить терапию в течение восьми лет и ни разу не упомянуть о своей подлинной проблеме! Это требует особого характера, способности вести двойную жизнь, открываясь близким отношениям в воображении, но избегая их в жизни.

Следующий сеанс Тельма начала сообщением о том, что у нее была ужасная неделя. Терапия всегда представляла для нее противоречие.

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

То, что я услышал, насторожило меня. Не было ли это предупреждением о грядущих приключениях? Не сообщала ли Тельма о том, почему она в конце концов бросает терапию?

– Эта неделя была сплошным потоком слез. Меня неотвязно преследовали мысли о Мэтью. Я не могу поговорить с Гарри, потому что в голове у меня вертятся только две темы – Мэтью и самоубийство, – и обе запретные.

– Я никогда, никогда не скажу мужу о Мэтью. Много лет назад я сказала ему, что однажды случайно встретила с Мэтью. Должно быть, я сказала лишнее, потому что позднее Гарри

заявил, что подозревает, будто Мэтью каким-то образом виноват в моей попытке самоубийства. Я почти уверена, что если он когда-нибудь узнает правду, он убьет Мэтью. Голова Гарри полна бойскаутских лозунгов (бойскауты – это все, о чем он думает), но в глубине души он жестокий человек. Во время Второй мировой войны он был офицером британских коммандос и специализировался на обучении рукопашному бою.

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

– Я встретила с Гарри в 30-е годы, когда работала танцовщицей в Европе. Я всегда жила только ради двух вещей: любви и танца. Я отказалась бросить работу, чтобы завести детей, но была вынуждена сделать это из-за подагры большого пальца – неприятное заболевание для балерины. Что касается любви, то в молодости у меня было много, очень много любовников. Вы видели мою фотографию – скажите честно, разве я не была красавицей?

Не дожидаясь моего ответа, она продолжила:

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

Мне хотелось расспросить о Гарри и о его мастерстве отказываться, но Тельма уже помчалась дальше. Ей хотелось говорить, но, казалось, ей безразлично, слышу ли я ее. Она не проявляла никаких признаков того, что ей нужен мой ответ, и даже не смотрела на меня. Обычно она смотрела куда-то вверх, словно целиком уйдя в свои воспоминания.

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

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

– Я решила никогда больше не делать и не говорить ничего такого, что могло бы причинить боль Гарри. Я решила во всем ему уступать, всегда ему подчиняться. Он хочет пристроить новое помещение для своего спортивного инвентаря – хорошо. Он хочет провести отпуск в Мексике – хорошо. Он хочет пообщаться с кем-нибудь на собрании церковной общины – хорошо.

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

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

Мне приходилось работать со многими людьми, совершавшими попытку самоубийства; обычно пережитое переворачивало их жизнь; они становились более зрелыми и мудрыми. Подлинное столкновение со смертью обычно приводит к серьезному пересмотру своих ценностей и всей предыдущей жизни. Это касается и людей, сталкивающихся с неизбежностью смерти из-за неизлечимой болезни. Сколько людей восклицают: «Какая жалость, что только теперь, когда мое тело источено раком, я понял, как нужно жить!» Но с Тельмой все было по-другому. Я редко встречал людей, которые подошли бы так близко к смерти и извлекли из этого так мало опыта. Чего стоит хотя бы это решение, которое она приняла после того, как пришла в себя: неужели она и вправду верила, что сделает Гарри счастливым, слепо исполняя все его

требования и скрывая свои собственные мысли и желания? И что может быть хуже для Гарри, чем жена, которая проплакала всю прошлую неделю и даже не поделилась с ним своим горем? Эта женщина находилась под властью самообмана.

Этот самообман был особенно очевидным, когда она рассуждала о Мэтью:

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

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

– Тогда вы знаете о медитации любящей доброты (метта. – *Прим. ред.*). Он проводил ее два раза в день и научил этому меня. Именно поэтому я бы никогда, ни за что не поверила, что он сможет так поступить со мной. Его молчание меня убивает. Иногда, когда я долго думаю об этом, я чувствую, что такого не могло, просто не могло случиться, – человек, который научил меня быть открытой, просто не мог придумать более ужасного наказания, чем полное молчание. С каждым днем я все больше и больше убеждаюсь, – здесь голос Тельмы понизился до шепота, – что он намеренно пытается довести меня до самоубийства. Вам кажется безумной эта мысль?

– Не знаю, как насчет безумия, но она, как мне кажется, выражает боль и отчаяние.

– Он пытается довести меня до самоубийства. Тогда я наконец оставлю его в покое. Это единственное разумное объяснение!

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

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

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

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

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

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

Я ни разу не встречал человека, над которым другой имел бы такую же власть. Только представьте себе: она заявляла, что один пятиминутный телефонный разговор в год мог излечить ее! Интересно, правда ли это. Помню, я тогда подумал, что если все остальное не срабатывает, я готов попытаться осуществить этот эксперимент! Я понимал, что шансы на успех терапии в этом случае невелики: самообман Тельмы, ее недостаток психологической осознанности и сопротивление интроспекции, суицидальные наклонности – все говорило мне: «Будь осторожен!»

Но ее проблема заморозила меня. Ее любовная зависимость – как еще можно было это назвать? – была такой сильной и стойкой, что владела ее жизнью восемь лет. В то же время корни этой навязчивости казались необычайно слабыми. Немного усилий, немного изобретательности – и мне удастся вырвать этот сорняк. А что потом? Что я найду под поверхностью этой obsessions? Не обнаружу ли я грубые факты человеческого существования, прикрытые очарованием любви? Тогда я смогу что-то узнать о функции любви. Ученые-медики установили

еще в начале XIX века, что лучший способ понять назначение внутреннего органа – это удалить его и посмотреть, каковы будут физиологические последствия для лабораторного животного. Хотя бесчеловечность моей метафоры привела меня в дрожь, я спросил себя: *почему бы и здесь не действовать по такому же принципу?* Пока что было очевидно, что любовь Тельмы к Мэтью является на самом деле чем-то другим – возможно, бегством, защитой от старости и одиночества. В ней не было ни настоящего Мэтью, ни настоящей любви, если признать, что любовь – это отношение, свободное от всякого принуждения, полное заботы и самоотдачи.

Другие предзнаменования зывали к моему вниманию, но я предпочел их проигнорировать. Я мог бы, например, более серьезно задуматься о *двадцати годах* психиатрического лечения Тельмы! Когда я проходил практику в Психиатрической клинике Джона Хопкинса, у персонала было много «народных примет» хронического заболевания. Одним из самых безжалостных было соотношение: чем толще медицинская карта пациента, тем хуже прогноз. Тельме было семьдесят лет, ее медкарта весила примерно пять кило, и никто, абсолютно никто, не порекомендовал бы ей психотерапию.

Когда я анализирую свое состояние в то время, я понимаю, что я развеял все свои беспокойства с помощью чистой рационализации.

Двадцать лет терапии? Ну, последние восемь лет нельзя считать терапией из-за скрытности Тельмы. Никакая терапия не имеет шанса на успех, если пациент скрывает главную проблему.

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

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

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

Я постарался объяснить ей, что терапия наверняка будет болезненной, и убедить не бросать ее.

– Тельма, эти бесконечные размышления о Мэтью – для краткости назовем их *обсессией*...

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

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

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

– Я хотел сказать, что эта obsессия... давайте найдем другое слово, если *obsессия* звучит оскорбительно для вас...

– Нет, все в порядке. Теперь я поняла, что вы имеете в виду.

– Итак, эта obsессия была основным содержанием вашей внутренней жизни в течение восьми лет. Мне будет трудно сдвинуть ее с места. Мне придется бросить вызов некоторым из ваших убеждений, и терапия может оказаться трудной. Вы должны дать мне обещание, что пройдете через это со мной вместе.

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

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

К моему удивлению, Тельма покачала головой:

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

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

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

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

«Все, что в ее силах...» Я не чувствовал, что этого достаточно, но сомневался, стоит ли сразу начинать борьбу за власть. Я ничего не сказал – только поднял брови.

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

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

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

Из-за этого ее недовольства я тоже стал испытывать неудовлетворенность работой с Тельмой. Я приучился не ждать никаких личных наград от этой работы. Ее присутствие никогда не доставляло мне удовольствия, и уже к третьему или четвертому сеансу я убедился, что единственное удовлетворение, которое я могу получить от этой работы, лежит в интеллектуальной сфере.

Большая часть наших бесед была посвящена Мэтью. Я расспрашивал о точном содержании ее фантазий, и Тельме, казалось, нравилось говорить о них. Навязчивые мысли были очень однообразны: большинство из них в точности повторяли какую-либо из их встреч в течение тех двадцати семи дней. Чаще всего это было первое свидание – случайная встреча на Юнион-сквер, кофе в St. Francis, прогулка по Рыбацкой набережной, вид на залив из Scoma's, волнующая поездка «на хату» Мэтью; но иногда она вспоминала просто один из их любовных разговоров по телефону.

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

У меня было много вариантов начала работы, и оказалось трудно выбрать, на каком остановиться. Однако прежде всего было необходимо сформировать у Тельмы убеждение в том, что ее obsессия должна быть вырвана с корнем. Ибо любовная зависимость обкрадывает реальную жизнь, перечеркивает новый опыт – как положительный, так и отрицательный. Я сам пережил все это. В самом деле, большая часть моих внутренних убеждений в том, что касается терапии, и мои основные интересы в области психологии выросли из моего личного опыта. Ницше утверждал, что любая философская система порождается биографией философа, а я полагаю, что это верно и в отношении терапевтов, да и всех людей, которым свойственно размышлять о мыслях.

Примерно за два года до знакомства с Тельмой я встретил на одной конференции женщину, которая впоследствии завладела всеми моими мыслями, чувствами и мечтами. Ее образ поселился в моем сознании и сопротивлялся всем моим попыткам изгнать его из памяти. До поры до времени это было даже здорово: мне нравилась моя зависимость, я смаковал ее снова и снова. Через несколько недель я отправился с семьей в отпуск на один из красивейших островов Карибского архипелага. Только спустя несколько дней я понял, что все путешествие проходит мимо меня: красота побережья, буйство экзотической растительности, даже удовольствие от рыбалки и погружения в подводный мир. Все это богатство реальных впечатлений было стерто моим наваждением. Я отсутствовал. Я был погружен в себя, раз за разом проигрывая в голове одну и ту же, уже бессмысленную, фантазию. Встревоженный и совершенно опустыленный сам себе, я обратился за помощью к терапии и через несколько месяцев напряженной работы снова овладел собой и смог вернуться к волнующему занятию – проживать свою собственную *реальную* жизнь. (Забавно, что мой терапевт, ставший впоследствии моим близким другом, через много лет признался мне, что во время работы со мной он сам был влюблен в одну прекрасную итальянку, внимание которой было приковано к кому-то другому. Так, от пациента к терапевту, а затем опять к пациенту передается эстафета любовного наваждения.)

Поэтому, работая с Тельмой, я сделал упор на том, что ее одержимость разрушает ее жизнь, и часто повторял ее собственное замечание, что она живет той жизнью, которая была восемь лет назад. Неудивительно, что она ненавидела жизнь! Ее жизнь задышалась в тюремной камере, где единственным источником воздуха были те давно прошедшие двадцать семь дней.

Но Тельма никак не соглашалась с убедительностью этого тезиса и, как я теперь понимаю, была совершенно права. Переноса на нее свой опыт, я ошибочно предполагал, что ее

жизнь обладала богатством, которое одержимость у нее отняла. А Тельма чувствовала, хотя и не выражала этого прямо, что в ее наваждении содержалось бесконечно больше подлинности, чем в ее повседневной жизни. (Позже нам удалось установить, правда, без особой пользы, и обратную закономерность – обсессия завладела ею именно из-за скудости ее реальной жизни.)

Примерно к шестому сеансу я доконал ее, и она – я полагаю, чтобы сделать мне приятное, – согласилась с тем, что ее одержимость – это враг, которого нужно искоренять. Мы проводили сеанс за сеансом, просто изучая ее обессию. Мне казалось, что причиной страданий Тельмы была та власть над нею, которой она наделила Мэтью. Нельзя было никуда двигаться, пока мы не лишим его этой власти.

– Тельма, это чувство, что единственное, что имеет значение, – это чтобы Мэтью думал о вас хорошо, – расскажите мне все, что вы знаете о нем.

– Это трудно выразить. Мне невыносима мысль о том, что он ненавидит меня. Он – единственный человек, который знает обо мне *все*. И поэтому тот факт, что он все еще любит меня, несмотря на все, что знает, имеет для меня огромное значение.

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

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

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

Эта мысль, это ключевое заблуждение было моей главной мишенью. Я должен был разрушить его. Я нетерпеливо обратился к ней:

– Вы – это вы, у вас – свой собственный опыт, вы остаетесь собой каждую минуту, изо дня в день. В основе своей ваше существование непроницаемо для потока мыслей или электромагнитных волн, которые возникают в чьем-то чужом мозге. Постарайтесь это понять. Всю ту власть, которой обладает над вами Мэтью. Вы сами отдали ему – сами!

– От одной мысли, что он может презирать меня, у меня начинается тошнота.

– То, что происходит в голове у другого человека, с которым вы никогда не видите, который, возможно, даже не помнит о вашем существовании, который поглощен своими проблемами, не должно влиять на вас.

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

– Но я думал, что вы не обсуждали его со всеми этими терапевтами.

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

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

– Но, Тельма, давайте вернемся к тому, о чем мы говорили. Как вы не можете понять, что вы делаете с собой? Его мысли на самом деле не могут повлиять на то, какая вы. Вы *позволяете*

ему влиять на себя. Он – всего лишь человек, такой же, как мы с вами. Если *вы* будете думать плохо о человеке, с которым у вас никогда не будет никакого контакта, смогут ли *ваши* мысли – эти психические образы, рожденные в вашем мозгу и известные только вам, – повлиять на *этого* человека? Единственный способ добиться этого называется колдовством вуду. Почему вы добровольно отдали Мэтью власть над собой? Он такой же человек, как другие, он борется за жизнь, он стареет, он может пукнуть, может умереть.

Тельма не ответила. Я повысил ставку:

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

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

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

С тем же успехом я мог бы разговаривать со стенкой.

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

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

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

Таким образом, основная проблема терапии всегда состоит в том, как перейти от бесплодного интеллектуального признания истины о себе к ее эмоциональному переживанию. Только когда в терапию вовлекаются глубокие чувства, она становится по-настоящему мощным двигателем изменений.

Именно немоть была проблемой в моей работе с Тельмой. Мои попытки вдохнуть в нее силу были позорно неуклюжими и состояли в основном из бормотания, придировок, постоянного вращения вокруг навязчивости и борьбы с ней.

В такие переломные моменты я очень тоскую по той уверенности, которую дает ортодоксальная теория. Взять, к примеру, наиболее распространенную психотерапевтическую идеологию – психоанализ. В нем всегда с такой уверенностью утверждается необходимость технических процедур, что любой психоаналитик больше уверен абсолютно во всем, нежели я – хоть в чем-то. Как было бы удобно хоть на минуту почувствовать, что я точно знаю, что делаю в

своей психотерапевтической работе – например, что я добросовестно и в нужной последовательности прохожу точно известные стадии терапевтического процесса.

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

Во всезнающем терапевте, который всегда контролирует любую ситуацию, есть что-то успокаивающее, однако неуклюжий терапевт, который готов бродить вместе с пациентом, пока они не наткнутся на какое-нибудь полезное открытие, может сильно вовлекать в процесс. Но, увы, еще до завершения нашей работы Тельма продемонстрировала мне, что любая, даже самая замечательная терапия может оказаться временем, потраченным впустую!

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

– Предположим на минуту, что Мэтью умер. Это вас освободит?

– Я пыталась представить это. Когда я представляю, что он умер, я погружаюсь в беспредельную скорбь. Если бы это произошло, мир бы опустел. Мне никогда не удавалось представить, что будет после.

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

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

– Часто, очень часто.

– Поделитесь со мной, каким был бы этот разговор.

Я не поклонник ролевых игр и пустых стульев, но, казалось, что сейчас самое время для них.

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

Поскольку Тельма отвергала все мои предложения, я стал искать аргументы, чтобы убедить ее, но, к моему удивлению, она с воодушевлением согласилась. Возможно, за двадцать лет терапии ей доводилось работать с гештальт-терапевтами, которые применяли эти техники; возможно, ей вспомнился ее сценический опыт. Она почти подскочила на стуле, прочистила горло, показала, что надевает галстук и застегивает пиджак, изобразила ангельскую улыбку и очаровательно преувеличенное выражение великодушного благородства, снова прочистила горло, села на другой стул и превратилась в Мэтью:

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

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

– Доктор Ялом, Соня – это был мой сценический псевдоним, когда я работала танцовщицей. – Она снова стала Мэтью и продолжала:

– Появилась эта женщина, Соня, и я понял, что моя жизнь навсегда связана с ней. Я пытался расстаться, пытался сказать тебе, чтобы ты перестала звонить, и, честно говоря, меня

раздражало, что ты не сделала этого. После твоей попытки самоубийства я понял, что должен быть очень осторожен в словах, и именно поэтому я так отдалился от тебя. Я посетил своего психотерапевта, который посоветовал мне сохранять полное молчание. Я хотел бы любить тебя как друга, но это невозможно. Существуют твой Гарри и моя Соня.

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

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

Я был поглощен идеей освобождения. Могли ли слова Мэтью действительно освободить ее? Мне вспомнились взаимоотношения с пациентом, которого я вел в первый год резидентуры (эти первые клинические впечатления откладываются в памяти как своего рода профессиональный импринтинг). Пациент, страдавший тяжелой паранойей, утверждал, что я не доктор Ялом, а агент ФБР, и требовал у меня удостоверение личности. Когда на следующем сеансе я наивно предоставил ему свое свидетельство о рождении, водительские права и паспорт, он заявил, что я подтвердил его правоту: только обладая возможностями ФБР, можно так быстро добыть поддельные документы. Если система бесконечно расширяется, вы не можете выйти за ее пределы.

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

– Что вы чувствуете по поводу этой ролевой игры, Тельма? Что она пробудила в вас?

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

– Есть ли в этом вопрос ко мне? Вам кажется, что я воспринимаю вас таким образом?

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

– Контрперенос.

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

Я прикусил язык. Она была права: именно так я и думал. Вы с Мэтью *оба* «случайные свидетели». Ни один из вас не имел дела с реальным другим, а лишь со своей фантазией о нем. Ты влюбилась в Мэтью из-за того, что он воплощал для тебя человека, который любил тебя абсолютно и безусловно, который целиком посвятил себя твоему благополучию, твоему комфорту и развитию, который отменил твой возраст и любил тебя, как молодую прекрасную Соню, который дал тебе возможность избежать боли одиночества и подарил тебе блаженство саморастворения. Ты, может быть, и «влюбилась», но одно несомненно: ты любила не Мэтью, ты никогда не знала Мэтью.

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

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

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

«Впечатляющая женщина», – подумал я. Она в сущности обозначила черту, за которую нельзя заходить:

– Не разрушайте самое лучшее, что у меня было. Не отнимайте то единственное настоящее событие, которое случилось в моей жизни.

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

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

– Расскажите мне об этой эйфории все, что вы помните.

– Это было переживанием выхода из тела. Я была невесомой. Как будто я была не здесь, я отделилась от всего, что причиняет мне боль и тянет вниз. Я перестала думать и беспокоиться о себе. «Я» превратилось в «мы».

Одинокое «я» экстатически растворяется в «мы». Как часто я слышал это! Это общее определение всех форм экстаза – романтического, сексуального, политического, религиозного, мистического. Все хотят экстастического слияния и стремятся к нему. Но в случае Тельмы было иначе, она не просто *стремилась* к нему – она *нуждалась* в нем как в *защите от какой-то опасности*.

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

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

– Это помогает нам понять сон, который вы видели пару недель назад.

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

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

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

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

– Мы очень мало говорили о ваших чувствах по поводу вашего семидесятилетнего возраста. Вы много об этом думаете?

– Полагаю, я по-другому относилась бы к терапии, если бы мне было сорок лет, а не семьдесят. У меня еще оставалось бы что-то впереди. Ведь обычно психиатры предпочитают работать с более молодыми пациентами?

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

– Тельма, в вашем вопросе, не предпочитают ли психиатры работать с более молодыми людьми, звучит и личный оттенок.

Тельма, как обычно, избегала личного.

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

Я продолжал настаивать:

– Я имел в виду, что в этом мог скрываться вопрос, личный вопрос, который вы могли бы задать мне, касающийся вас и меня.

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

– А не лучше ли сосредоточиться на *нас с вами*, а не на психиатрии, психиатрах и пациентах в общем? Разве вы не спрашиваете на самом деле: «Как ты, Ирв, – тут Тельма улыбнулась. Она редко обращалась ко мне по имени и даже по фамилии, – чувствуешь себя, работая со мной, Тельмой, женщиной семидесяти лет?»

Никакого ответа. Она уставилась в окно и лишь слегка покачала головой. Черт побери, как же она упряма!

– Я прав? Вопрос в этом?

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

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

Тельма кивнула.

– Но ведь это далеко не самый прямой путь. К тому же он может оказаться неверным. Мое высказывание может быть предположением обо всей области, а не выражением моих чувств к вам лично. Что мешает вам прямо задать мне интересующий вас вопрос?

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

Ее ответ заставил меня задуматься. Хотел ли я хоть в чем-то стать союзником Мэтью? И все же я был уверен, что выбрал верный ход.

– Разрешите мне попытаться ответить на ваши вопросы – общий, который вы задали, и личный, который не задали. Я начну с более общего. Лично мне нравится работать с пациентами более старшего возраста. Как вы знаете из тех опросников, которые вы заполняли перед

началом лечения, я занимаюсь исследованием и работаю со многими пациентами шестидесяти-семидесятилетнего возраста. Я обнаружил, что терапия может помогать им ничуть не хуже, чем более молодым пациентам, а может быть, и лучше. Я получаю от работы с ними такое же удовлетворение.

Ваше замечание о молодой матери и о возможном потенциале работы с ней верно, но я смотрю на это несколько иначе. В работе с вами тоже скрыт потенциал. Все более молодые люди, с которыми вы сталкиваетесь, рассматривают вашу жизнь как источник опыта или как модель последующих этапов своей жизни. И я уверен, что из той точки, где вы находитесь сейчас, в семьдесят лет, можно по-новому взглянуть на вашу прошлую жизнь в целом, какой бы она ни была, под таким углом, что она наполнится новым смыслом и новым содержанием. Я знаю, сейчас вам трудно это понять, но, поверьте, такое часто случается.

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

– То же самое мне обычно говорил Мэтью.

Я улыбнулся и тихо заскрипел зубами. Мне не приходило в голову ничего конструктивного. Оказывается, этот утомительный, раздражающий стиль был для нее типичным. Нам предстояло пережить много подобных схваток.

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

Тельма обладала огромным набором средств дистанцирования. Она могла, например, предварять то, что собиралась сказать, длинным и скучным вступлением. Когда я обратил на это ее внимание, она признала, что я прав, но затем начала объяснять, как читает длинную лекцию о часовом деле каждому прохожему, который спрашивает ее, который час. Через несколько минут, когда Тельма закончила этот рассказ (дополненный историческим очерком о том, как они с сестрой приобрели привычку рассказывать длинные истории не по теме), мы уже безнадежно удалились от исходного разговора, а она с успехом дистанцировалась от меня.

У Тельмы были серьезные трудности с самовыражением. Она чувствовала себя естественно и была самой собой только в двух ситуациях: когда танцевала и во время их двадцатисемидневного романа с Мэтью. Во многом именно поэтому принятие со стороны Мэтью имело столь большое значение: «Он знал меня так, как почти никто из людей никогда не знал меня – такой, какая я есть, открытой нараспашку, ничего не утаивающей».

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

По мере того как становилось все яснее, что отношения между нами не складываются, я чувствовал себя все более сбитым с толку и отвергнутым. Насколько я мог судить, я был

доступен для контакта с ней. Но она оставалась безразличной ко мне. Когда я пробовал поднять вопрос об этом, в какой форме я бы это ни делал, я слышал свое хныканье: «Почему же я нравлюсь тебе не так сильно, как Мэтью?»

– Знаете, Тельма, параллельно с тем, что вы считаете мнение Мэтью единственно значимым для вас, происходит еще кое-то. Это ваш отказ хоть как-то воспринимать мое мнение. В конце концов, я, как и Мэтью, знаю о вас довольно много. Я тоже терапевт – фактически я на двадцать лет опытнее и, возможно, мудрее, чем Мэтью. Интересно, почему то, что я думаю и чувствую по отношению к вам, не имеет никакого значения?

Она ответила на содержание вопроса, но не на его эмоциональный тон. Она задобрила меня:

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

– У вас на все готов ответ, но если сложить все ваши ответы вместе, получится: «Не приближайся!» Вы не можете сблизиться с Гарри, потому что боитесь причинить ему боль своими сокровенными мыслями о Мэтью и желанием покончить с собой. Вы не можете завести друзей, потому что они расстроятся, когда вы в конце концов совершите самоубийство. Вы не можете быть близки со мной, потому что другой терапевт восемь лет назад причинил вам боль. Слова все время разные, но песня одна и та же.

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

– Может, вы и правы, что сближение с людьми представляет для меня серьезную проблему. Не думаю, что за последние тридцать лет у меня была хоть одна близкая подруга. Я не уверена, была ли она у меня когда-нибудь вообще.

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

Я изо всех сил пытался убедить ее, что это открытие – не негативный, а позитивный результат терапии. Снова и снова я объяснял ей, что трудности сближения – это не внешняя преграда на пути к исцелению, а корень всех проблем. То, что эта проблема вышла на поверхность, где теперь мы могли бы ее исследовать, является не помехой, а положительным результатом.

Но ее отчаяние углублялось. Теперь каждая неделя была ужасной. Она сильнее мучилась от навязчивых идей, все больше плакала, отдалялась от Гарри и проводила много времени, планируя самоубийство. Все чаще и чаще я слышал ее критические замечания в адрес терапии. Она жаловалась, что наши сеансы только «бередят раны» и увеличивают ее страдания, и сожалела, что дала обязательство продолжать терапию шесть месяцев.

Время подходило к концу. Начался пятый месяц; и хотя Тельма уверяла меня, что выполнит свои обязательства, она ясно дала понять, что не готова продолжать терапию дольше чем шесть месяцев. Я чувствовал растерянность: все мои титанические усилия оказались напрасными. Я даже не сумел установить с ней прочный терапевтический альянс: вся ее душевная энергия до последней капли была прикована к Мэтью, и я не мог найти способ освободить ее. Настал момент разыграть мою последнюю карту.

– Тельма, еще с того дня пару месяцев назад, когда вы разыгрывали роль Мэтью и проносили слова, которые могли бы освободить вас, я обдумывал возможность пригласить его

сюда и провести сеанс втроем: вы, я и Мэтью. У нас осталось всего семь сеансов, если вы не измените свое решение прекратить терапию. – Тельма решительно покачала головой. – Я думаю, нам нужна помощь, чтобы двигаться дальше. Мне бы хотелось, чтобы вы разрешили мне позвонить Мэтью и пригласить его сюда. Думаю, одного сеанса будет достаточно, но мы должны провести его в ближайшее время, потому что потом нам, вероятно, потребуется несколько часов, чтобы разобраться в том, что мы выясним.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

– Его единственным мотивом участвовать в этом разговоре был бы профессиональный:

– помочь бедняжке, которая слишком беспомощна, чтобы справиться со своей жизнью.

Во-вторых...

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

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

– Но, Тельма, он же терапевт. Он знает, что вам необходимо поговорить о нем, чтобы улучшить свое состояние. Если он такой душевно чуткий человек, как вы описываете его, то, несомненно, испытывает сильное чувство вины за ваши страдания и будет только рад помочь.

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

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

Теперь я был глубоко озадачен. Тельма накручивала себя до полной потери здравого смысла и собиралась отвергнуть мою последнюю попытку помочь ей. Я не стал торопиться и подбирая слова очень тщательно.

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

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

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

– Это во мне столько всего взбаламутило. У меня голова кружится. Позвольте мне подумать об этом еще неделю. Но вы должны обещать мне одну вещь: что вы не станете звонить Мэтью без моего разрешения.

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

На следующий сеанс Тельма явилась помолодевшей на десять лет, вышагивая пружинистой походкой. Она уложила волосы и вместо своих обычных штанов из полиэстера или тренировочного костюма надела чулки и шерстяную юбку с ромбовидным рисунком. Она сразу села и перешла к делу:

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

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

Но Тельму не интересовали мои слова. Она перебила меня:

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

Тут она сделала паузу и с усмешкой наблюдала за возрастанием моего нетерпения. Я был удивлен. Раньше я не видел, как она играет.

– И?

– Ну, у вас больше влияния, чем я ожидала. Впервые за восемь лет он ответил на мой звонок, и у нас состоялся двадцатиминутный дружеский разговор.

– Как вы себя чувствовали, разговаривая с ним?

– Замечательно! Даже не могу выразить, как замечательно. Как будто мы только вчера с ним простились. Это был все тот же добрый, заботливый Мэтью. Он подробно расспраши-

вал обо мне. Он был обеспокоен моей депрессией. Был доволен, что я обратилась к вам. Мы хорошо поговорили.

– Вы можете мне рассказать, что вы обсуждали?

– Боже, я не знаю, мы просто болтали.

– О прошлом? О настоящем?

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

– Вы можете вспомнить хоть что-нибудь? – На моем месте многие терапевты проинтерпретировали бы тот способ, которым она вывела меня из игры. Наверное, мне следовало бы подождать, но я не мог. Мне было безумно любопытно! Тельма вообще не имела привычки думать о том, что у меня тоже могут быть какие-то желания.

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

– Но, главное – он готов прийти на нашу встречу. Знаете, забавно, но он даже проявил нетерпение – как будто это я его избегала. Я попросила его прийти в ваш офис в мой обычный час на следующей неделе, но он попросил узнать у вас, не получится ли провести встречу пораньше. Раз уж мы решили так сделать, он хочет, чтобы это произошло как можно скорее. Полагаю, я чувствую то же самое.

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

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

– Давайте сделаем так, чтобы после нашей встречи вдвоем вам не пришлось бы проклинать себя за что-то, о чем вы не спросили. Я обещаю помочь вам задать все те вопросы, которые вы хотите задать, все вопросы, которые помогут вам избавиться от той власти над собой, которой вы наделили Мэтью. Это будет моей главной задачей на предстоящей сессии.

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

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

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

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

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

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

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

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

Он сразу ответил:

– Я ждал подобного сеанса многие годы. Это я должен благодарить *вас* за то, что помогли ему состояться. Кроме того, я давно слежу за вашими работами. Для меня большая честь познакомиться с вами.

Он не лишен обаяния, подумал я, но мне не хотелось отвлекаться на профессиональный или личный разговор с Мэтью; в течение этой сессии лучшим для меня будет держаться в тени, а для Тельмы и Мэтью – взаимодействовать как можно больше. Я передал им слово:

– Сегодня мы должны о многом поговорить. С чего начнем?

Тельма начала:

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

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

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

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

– Можно мне прервать вас на минуту, Тельма? Я бы хотел, если вы оба не возражаете, взять на себя сегодня задачу следить за временем и за тем, чтобы мы придерживались темы. Можем мы уделить пару минут составлению программы?

Наступило короткое молчание, которое нарушил Мэтью.

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

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

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

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

Умница! Я одобрительно улыбнулся ей.

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

– Я думал о тебе каждый день все эти восемь лет! Ты мне дорога. Ты очень важна для меня. Я хочу знать, что с тобой происходит. Мне бы хотелось иметь возможность каким-то образом встречаться с тобой каждые несколько месяцев, чтобы я мог знать, как у тебя дела. Я не хочу тебя лишиться.

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

– Иногда молчание лучше всего выражает любовь.

Тельма покачала головой:

– Это похоже на один из твоих дзэнских коанов, которые я никогда не могла понять.

Мэтью продолжал:

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

Слова Мэтью поразительно напоминали сценарий освобождения, которым Тельма поделилась во время сессии с ролевой игрой.

– Но, – заметила Тельма, – вполне естественно, что человек чувствует себя обездоленным, когда его так неожиданно лишили чего-то важного.

Мэтью понимающе кивнул Тельме и ненадолго коснулся ее руки своей рукой. Затем он обернулся ко мне.

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

Затем Мэтью с непринужденным видом повернулся ко мне и начал:

– Это нелегко для меня. Но лучший способ это сделать – просто сделать, уж как получится. Итак, приступим.

Восемь лет назад, примерно через год после окончания обучения, у меня был серьезный психотический срыв. В то время я был сильно увлечен буддизмом и практиковал випассану – это форма буддийской медитации... – когда Мэтью увидел, что я кивнул, он прервал рассказ. – Вы, кажется, знакомы с этим. Мне было бы очень интересно узнать ваше мнение. Но сегодня, я полагаю, лучше продолжать... Я практиковал випассану в течение трех или четырех часов в день. Я собирался стать буддийским монахом и ездил в Индию на тридцатидневный медитационный семинар в Игапури, небольшой деревне к северу от Бомбея. Режим оказался слишком суровым для меня – полное молчание, полная изоляция, сидячая медитация по четырнадцать часов в день, – я начал утрачивать границы своего эго. К третьей неделе у меня начались галлюцинации, и я думал, что могу видеть сквозь стены и обрел способность напрямую обращаться к своим предыдущим и следующим жизням. Монахи отвезли меня в Бомбей, индийский доктор прописал мне антипсихотические препараты и позвонил моему брату, чтобы тот прилетел в Индию и забрал меня. Четыре недели я провел в больнице в Лос-Анджелесе. После

того как меня выписали, я сразу же вернулся в Сан-Франциско и на следующий день абсолютно случайно встретил на Юнион-сквер Тельму.

– Я все еще был в очень расстроенном состоянии сознания. Буддийские доктрины превратились в мой собственный бред, я верил, что нахожусь в состоянии единства со всем миром. Я был рад встретиться с Тельмой, – с *тобой*, Тельма. – Он повернулся к ней: – Я был рад увидеть тебя. Это помогло мне почувствовать опору под ногами.

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

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

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

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

Во-первых, правда ли то, что он говорит? Мэтью был обаятельным, очень приятным человеком. Не разыгрывал ли он передо мной комедию? Нет, у меня не могло быть сомнений в искренности его описаний: его слова содержали безошибочные приметы истины. Он открыто сообщал названия больниц и имена своих лечащих врачей, и, если бы мне захотелось, я мог бы им позвонить. К тому же Тельма, которой, как он заявил, уже рассказывал это раньше, слушала очень внимательно и до сих пор не выразила никаких возражений.

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

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

Однако в первую очередь мое внимание было сосредоточено на Мэтью. За последние несколько месяцев я выстроил его образ – или, вернее, несколько альтернативных образов: безответственного социопата Мэтью, который использовал своих пациентов; бесчувственного и сексуально неполноценного Мэтью, который отыгрывал свои личные конфликты (с женщинами вообще и с матерью в частности); сбившегося с пути и ослепленного тщеславием молодого терапевта, который перепутал желание любви с необходимостью в ней.

Но реальный Мэтью не совпал ни с одним из этих образов. Он оказался кем-то другим, кем-то, кого я никак не ожидал встретить. Но кем? Я не был уверен. Жертвой, действующей из лучших побуждений? Раненым целителем (имеется в виду феномен раненого целителя, отмеченный Юнгом. – *Прим. ред.*), фигурой Христа, пожертвовавшим собственной целостностью

ради Тельмы? Конечно, я больше не относился к нему как к терапевту-преступнику: он был таким же пациентом, как и Тельма, к тому же (я не мог удержаться от этой мысли, глядя на Тельму, которая все еще смотрела в окно) *работающим* пациентом, таким, какие мне по душе.

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

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

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

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

Я задумался о карьерном решении Мэтью, даже размышлял, не дошел ли он в своем развитии до того уровня, на котором ему стоит снова вернуться к психотерапевтической практике – возможно, он мог бы стать выдающимся терапевтом. Но тут я заметил, что наше время почти истекло.

Я спросил, все ли мы обсудили. Я попросил Тельму представить себе, что она будет чувствовать через несколько часов. Не останутся ли у нее какие-либо незадаанные вопросы?

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

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

Я пытался разговаривать Тельму:

– Почему? Почему вы ему не верите?

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

Мэтью пытался сделать все, что в его силах, но общение шло тяжело, потому что Тельма плакала.

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

– Но твое беспокойство – что оно означает? Я знаю твое беспокойство. Ты за всех переживаешь – за бедняков, за муравьев, за растения и за экосистемы. Я не хочу быть одним из твоих муравьев!

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

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

На следующий день Тельма еще не оправилась и была исключительно лабильна в течение всей сессии. Она часто плакала, а временами впадала в ярость. Во-первых, она сокрушалась, что Мэтью так плохо о ней думает. Тельма так и сяк поворачивала фразу Мэтью о том, что он беспокоится о ней, что в конце концов она стала звучать как издевательство. Она обвиняла его в том, что он не назвал ни одного ее положительного качества, и убедила себя, что он в целом отнесся к ней «недружелюбно». Кроме того, она была убеждена, что из-за моего присутствия он разговаривал и обращался с ней в псевдотерапевтической манере, которую она находила покровительственной. Тельма часто заговаривалась и металась между воспоминаниями о предыдущей сессии и своей реакцией на нее.

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

Тельма оставила недосказанность в этом вопросе, а я не настаивал на объяснениях. Хотя меня и интересовало, что произошло «на самом деле», ее упоминание об «ампутации» озадачило меня еще больше.

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

Как дрейфующая лодка, отвязавшаяся от причала, подумал я. Но лодка, наделенная чувствами и отчаянно ищущая пристань – любую пристань. Сейчас, в промежутке между навязчивыми состояниями, Тельма пребывала в редком для нее свободном плавании. Это был как раз тот момент, которого я ждал. Такие состояния длятся недолго: человек, страдающий неврозом навязчивости без какого-либо предмета, как свободный кислород, быстро соединяется с каким-нибудь мысленным образом или идеей. Этот момент, этот короткий период между состояниями навязчивости, был решающим интервалом для нашей работы – прежде чем Тельма успеет восстановить равновесие, застряв на какой-то новой идее. Скорее всего, она реконструирует встречу с Мэтью таким образом, чтобы ее версия реальности вновь могла подтвердить ее любовные фантазии.

Мне казалось, что мы добились значительного прогресса: хирургическая операция была завершена, и моя задача заключалась теперь в том, чтобы не дать ей законсервировать ампутированную конечность и побыстрее наложить швы. Скоро мне представилась такая возможность, по мере того, как Тельма продолжала оплакивать свою потерю:

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

– Какого удовлетворения, Тельма? Ничтожный шанс на что?

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

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

– Тельма, то, что я должен сказать, неприятно, но я думаю, что это важно. Позвольте мне попытаться ясно сформулировать свои мысли. Если два человека пережили что-то вместе, испытали общее чувство, если они оба чувствовали одно и то же, то я представляю, каким образом, пока они живы, они могут воссоздать это чувство. Это сложная задача – в конце концов, люди меняются, и любовь всегда уходит, – но все же, я полагаю, это в пределах возможного. Они могли бы приложить усилия для общения, попытаться достичь более искренних и подлинных отношений, которые, поскольку подлинная любовь является абсолютным состоянием, могут приблизиться к тому, что было раньше.

Но предположим, что они никогда не переживали общего чувства. Предположим, что переживания этих людей были совершенно разными. И предположим, что один из этих людей ошибочно думает, что ее опыт совпадает с его.

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

– Именно это я услышал от Мэтью во время прошлой сессии. Его и ваши переживания были совершенно различны. Поймите, что для вас невозможно воссоздать то психическое состояние, в котором вы тогда находились? Вы не сможете помочь друг другу, потому что оно не было одинаковым.

Он был в одном месте, а вы – в другом. У него был психоз. Он не знал, где проходят его границы – где кончается он и начинается вы. Он хотел, чтобы вы были счастливы, потому что думал, будто составляет одно целое с вами. Он не испытывал любовь, потому что не знал, кто он на самом деле. Ваши переживания были совершенно иными. Вы не можете воссоздать вашу общую романтическую любовь, состояние страстной влюбленности друг в друга, прежде всего *потому, что ее никогда не было.*

Не думаю, что мне приходилось когда-либо говорить более жестокие вещи, но, чтобы быть услышанным, я должен был выражаться настолько твердо и определенно, чтобы мои слова нельзя было исказить или забыть.

Не было сомнений, что мои слова попали в цель. Тельма перестала плакать и сидела как деревянная, все еще обдумывая мои слова. Через несколько минут я нарушил тяжелое молчание:

– Что вы чувствуете после моих слов, Тельма?

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

– Восемь лет вы жили и чувствовали определенным образом, а сейчас внезапно за двадцать четыре часа все это вас покинуло. Ближайшие несколько дней вам будет не по себе. Вы будете чувствовать себя потерянной. Но это ожидаемо. Как это может быть иначе?

Я сказал так, потому что часто лучший способ избежать пагубной реакции – это предупредить о ней. Другой способ состоит в том, чтобы помочь пациенту отстраниться от нее и занять позицию наблюдателя. Поэтому я добавил:

– На этой неделе очень важно наблюдать и фиксировать ваше внутреннее состояние. Я хотел бы, чтобы вы проверяли свое состояние каждые четыре часа, когда вы бодрствуете, и записывали свои наблюдения. На следующей неделе мы их обсудим.

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

Когда я вышел в приемную, чтобы поздороваться с Тельмой, я был потрясен тем, как она постарела. Она опять была в своем зеленом спортивном костюме и, очевидно, не причесывалась, и не делала никаких попыток привести себя в порядок. Кроме того, ее впервые сопровождал муж, Гарри, высокий седой мужчина с большим мясистым носом, который сидел, сжи-

мая в каждой руке по эспандеру. Я вспомнил слова Тельмы о том, что во время войны он был инструктором по рукопашному бою. Я вполне мог себе представить, как он душил кого-нибудь.

Мне показалось странным, что Гарри пришел вместе с ней. Несмотря на свой возраст, Тельма была в хорошей физической форме и всегда приезжала в мой офис самостоятельно. Мое любопытство подогрелось еще больше, когда она предупредила, что Гарри хочет со мной поговорить. Я виделся с ним до этого один раз: на третий или четвертый сеанс я пригласил их вместе на пятнадцатиминутную беседу – главным образом, чтобы посмотреть, что он за человек, и узнать, как их брак выглядит с его точки зрения. Раньше он никогда не просил о встрече со мной. Очевидно, случилось что-то важное. Я согласился поговорить с ним в течение последних десяти минут сессии с Тельмой, а также предупредил, что оставляю за собой право рассказать ей все о нашем разговоре.

Тельма выглядела измученной. Она тяжело опустилась в кресло и заговорила медленно, тихо и обреченно:

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

Но что я делала вместо этого? Ничего. Абсолютно ничего. Все, что я делаю, – это сплю или сижу и вздыхаю. Я вся иссушена, я больше не могу плакать. Гарри, который почти никогда не критикует меня, сказал вчера, когда яковыряла свой обед, – я почти ничего не ела всю неделю: «Ты снова жалеешь себя?»

– Как бы вы объяснили то, что с вами происходит?

– Я как будто побывала на волшебном шоу, а теперь вышла на улицу. И здесь все совсем серое.

Я покрылся гусиной кожей. Раньше Тельма никогда не говорила метафорами. Это были как будто чьи-то чужие слова.

– Расскажите побольше о том, что вы чувствуете.

– Я чувствую себя старой, по-настоящему старой. Впервые я поняла, что мне семьдесят лет – семерка и ноль, – я старше, чем девяносто девять процентов людей вокруг. Я чувствую себя как зомби, мое горячее кончилось, моя жизнь пуста, это тупик. Мне осталось только доживать свои дни.

Эти слова были сказаны быстро, но на последнем предложении ритм замедлился. Потом она повернулась и посмотрела мне прямо в глаза. Это само по себе было необычно, она редко даже просто смотрела на меня. Возможно, я ошибаюсь, но я думаю, что ее глаза говорили: «Ну что, теперь вы довольны?» Но я воздержался от комментариев в отношении ее взгляда.

– Все это случилось после нашей сессии с Мэтью. Что из произошедшего за этот час так потрясло вас?

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

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

– Я не понимаю. Какой удар в зубы?

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

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

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

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

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

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

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

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

Я был так поглощен этими мыслями и планами нашей предстоящей работы, что пропустил начало следующей фразы Тельмы, но зато конец предложения я расслышал даже слишком хорошо: – ...и *поэтому* я вынуждена прекратить терапию!

Я поторопился ответить:

– Тельма, да как вы можете даже думать об этом? Трудно придумать более неудачное время для прекращения терапии. Именно сейчас вы можете достичь каких-то реальных успехов.

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

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

Но она парировала:

– Даже вы согласитесь, что бывает время, когда нужно подумать о самосохранении. Еще немного такого «лечения», и я просто не выдержу. – И добавила с горькой улыбкой: – Еще одна доза лекарства убьет пациента.

Все мои аргументы постигла та же участь. Я уверял ее, что мы достигли подлинного успеха. Я напомнил ей, что она с самого начала пришла ко мне, чтобы избавиться от своей одержимости, и что мы многого добились в этом направлении. Теперь наступило время обратиться к чувствам пустоты и бессмысленности, которые подпитывали обсеcсию.

Сущность возражений Тельмы состояла в том, что ее потери слишком велики – больше, чем она может пережить. Она лишилась надежды на будущее (под этим она понимала свой «ничтожный шанс» на примирение); она потеряла лучшие двадцать семь дней своей жизни

(если, как я уверял ее, любовь не была «настоящей», то она утратила сохраняющееся воспоминание о «вершине своей жизни»); и, наконец, она потеряла восемь лет непрерывной жертвы (если она защищала иллюзию, то ее жертва была бессмысленной).

Слова Тельмы были так убедительны, что я не нашелся, что ей возразить, и смог лишь признать ее утраты и сказать, что ей предстоит многое оплакать и что я хотел бы быть рядом, чтобы поддержать ее в скорби. Я также попытался объяснить, что горе невыносимо болезненно, когда оно возникает, но мы можем сделать многое для того, чтобы предотвратить его появление в дальнейшем. Возьмем, к примеру, то решение, которое она принимает в данный момент: не будет ли она – через месяц, через год – глубоко сожалеть о прекращении лечения?

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

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

Когда я попытался привести в порядок свои чувства, то понял, что одной из первых реакций, которая привлекала к себе внимание, было: «Как ты можешь так поступить со мной?» Хотя мой гнев отчасти проистекал из моего собственного бессилия, я также был уверен, что это реакция на чувства Тельмы ко мне. Я был виновником всех трех ее утрат. Именно мне пришла в голову идея встретиться с Мэтью, и именно я отнял у нее все иллюзии. Я был разрушителем иллюзий. Я понял наконец, что выполнял неблагодарную работу. Само словосочетание «разрушение иллюзий», несущее в себе негативный, отрицательный оттенок, должно было насторожить меня. Мне вспомнился «Продавец льда грядет» О’Нила и судьба Хики, разрушителя иллюзий. Те, кого он пытался вернуть к реальности, в конце концов восстают против него и возвращаются к иллюзорной жизни.

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

Ее месть была направлена на фрустрацию всех этих целей. Не важно, что катастрофа, которую Тельма приготовила для меня, поглотит и ее: фактически ее садомазохистские тенденции были настолько выражены, что ее не могла не привлекать идея двойного жертвоприношения. Я отметил, криво усмехнувшись, что переход на профессиональный жаргон диагностики означает, что я по-настоящему на нее разозлился.

Я попытался обсудить эти мысли с Тельмой.

– Я чувствую, что вы злитесь на Мэтью, и спрашиваю себя, не обиделись ли вы также и на меня. Было бы вполне естественно, если бы вы рассердились на меня, причем очень сильно. В конце концов, вы должны чувствовать, что в каком-то смысле именно я довел вас до этого состояния. Это мне пришла в голову идея пригласить Мэтью и задать ему те вопросы, которые вы задали. – Мне показалось, она качнула головой. – Если это так, Тельма, то разве существует более подходящий случай разобраться с этим, чем здесь и сейчас, во время терапии?

Тельма покачала головой более решительно:

– Мой рассудок говорит мне, что вы правы. Но иногда надо просто делать то, что должно. Я обещала себе, что больше не буду пациенткой, и я собираюсь выполнить свое обещание.

Я сдался. Я стоял перед каменной стеной. Наше время давно истекло, а мне нужно было еще поговорить с Гарри, которому я обещал десять минут. Прежде чем расстаться, я взял с Тельмы несколько обязательств: она обещала еще раз подумать о своем решении и встретиться

со мной через три недели, а также выполнить обязательства по завершении своего участия в исследовательском проекте: встретиться примерно через шесть месяцев с психологом-исследователем и заполнить несколько опросников. У меня осталось впечатление, что, хотя она, возможно, и выполнит свое обязательство по участию в исследовании, мало шансов на то, что она возобновит терапию.

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

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

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

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

– Хорошо, я буду очень краток. Я – не Тельма. Я не хожу вокруг да около. Я перейду прямо к делу. Верните мне мою жену, доктор, прежнюю Тельму, – такую, какой она всегда была.

Тон Гарри был скорее умоляющим, чем угрожающим. В любом случае он полностью завладел моим вниманием, и я не мог не смотреть на его огромные руки душителя. Он продолжил, описывая ухудшение состояния Тельмы с тех пор, как она начала работать со мной, и теперь в его голосе звучал упрек. Выслушав, я попытался выразить ему поддержку, сказав, что длительная депрессия почти так же тяжела для членов семьи, как и для пациента. Пропустив мой маневр мимо ушей, он ответил, что Тельма всегда была хорошей женой и, возможно, ее симптомы обострились из-за его частых отлучек и долгих поездок. Наконец, когда я сообщил ему о решении Тельмы прекратить терапию, он почувствовал облегчение и остался доволен: он уже несколько недель уговаривал ее сделать это.

После ухода Гарри я сидел усталый, разбитый и злой. Боже, ну и парочка! Избавь меня от них обоих! Какая ирония во всем этом. Старый кретин хочет вернуть «свою прежнюю Тельму». Неужели он так «много отсутствовал», что даже не заметил, что у него никогда *не было*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.