



12+

Елена Чечёткина

Кот-Супервизор и сын его Пушок

Елена Чечёткина

Кот-Супервизор и сын его Пушок

«ЛитРес: Самиздат»

2019

Чечёткина Е. А.

Кот-Супервизор и сын его Пушок / Е. А. Чечёткина — «ЛитРес: Самиздат», 2019

Кот-Супервизор и сын его Пушок — психотерапевтическая мистерия в трёх актах. Акт первый: Записки Кота-Супервизора. Акт второй: Античные Ужасики от Кота-Супервизора. Акт третий: Двенадцать подвигов Пушка. Личностный рост читателя гарантируется. Рекламации принимаются в форме отзывов. Автор несёт моральную ответственность. Что несёт читатель — решать ему.

© Чечёткина Е. А., 2019

© ЛитРес: Самиздат, 2019

Содержание

ДВА ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЯ	5
АКТ 1: ЗАПИСКИ КОТА-СУПЕРВИЗОРА	7
Вступление	7
ЯНВАРЬ: Здесь и Сейчас	9
МАРТ: конечно же, Любовь!	16
Конец ознакомительного фрагмента.	19

ДВА ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЯ

Первое. Каждый, кто имел Котов, знает: к ним надо относиться с уважением. Коты обладают повышенным чувством собственного достоинства и просто не будут с вами общаться, если вы не видите в Коте Личность. Кушать будут (и попробуйте только не кормить!), почесать за ушком – да пожалуйста! (приятные тактильные ощущения), а вот общаться – увольте.

Второе. Не спешите, читайте со вкусом. Если невкусно – сразу прекращайте! Значит, переели. Попробуйте позже, если/когда проголодаетесь. Чтобы не потерялись, прилагаю подробное меню:

АКТ 1: ЗАПИСКИ КОТА-СУПЕРВИЗОРА

Вступление

- 1-1. **Январь:** Здесь и Сейчас
- 1-2. **Февраль:** тест ММРІ
- 1-3. **Март:** конечно же, Любовь!
- 1-4. **Апрель:** о пользе и вреде Воспитания
- 1-5. **Май:** как сочетать Процесс с Результатом
- 1-6. **Июнь:** Гештальт-привет!
- 1-7. **Июль-Сентябрь:** играют все!
- 1-8. **Октябрь:** «Вот пришел к тебе маньяк...»
- 1-9. **Ноябрь:** как стать Героем?
- 1-10. **Декабрь:** оставляйте Хвостики!

АКТ 2: АНТИЧНЫЕ УЖАСТИКИ ОТ КОТА-СУПЕРВИЗОРА

Пояснение

- 2-1. Хаотическое сотворение мира
- 2-2. Сатурн – пожиратель детей
- 2-3. Титаническая семейная разборка
- 2-4. Второе пришествие Хаоса: оживление Богов
- 2-5. Треть жены в Царстве Мертвых
- 2-6. Любовь после смерти
- 2-7. Цепкая хватка Судьбы
- 2-8. Бедная Пандора
- 2-9. Кто платит за Огонь?
- 2-10. Гефест: ранняя травма
- 2-11. Убийственный гнев Геракла
- 2-12. Третье пришествие Хаоса: извлечение Человека

АКТ 3: ДВЕНАДЦАТЬ ПОДВИГОВ ПУШКА

Начало

- 3-1. Знакомство с Руководителем (Немейский Лев)
- 3-2. Библиотека НЦПЗ РАМН (Лернейская Гидра)
- 3-3. Конференция (Стимфалийские птицы)
- 3-4. Литературный поиск (Керинейская лань)
- 3-5. Литературный обзор (Эрифманский кабан)
- 3-6. Методическая часть (Скотный двор царя Авгия)
- 3-7. На подступах к эксперименту (Критский бык)
- 3-8. Укрощение эксперимента (Кони Диомеда)
- 3-9. Концепция Руководителя (Пояс Ипполиты)
- 3-10. Публикации (Коровы Гериона)

3-11. Плюс кардиология (Укрощение Кербера)

3-12. Цели и ценности (Яблоки Геперид)

Эпилог – Из письма отцу

АКТ 1: ЗАПИСКИ КОТА-СУПЕРВИЗОРА

Вступление

Ближайшие родственники Кота. Психотерапия как призвание. Выбор Хозяина. Вступление в должность Супервизора.

Моя матушка, как и все кошки, горячо любила свое потомство, но, в отличие от большинства, всегда знала отцов своих детей. «В целях укрепления Рода, – говаривала она – выбирать отца надо с открытыми глазами и ушами». И широко открывала при этом свои прекрасные янтарные глаза (а изящные ушки у нее и так всегда были, что говорится, на макушке.) Но в моем случае произошел какой-то сбой, и отцов у меня оказалось два: *Эрнст* (полное имя Эрнст-Теодор-Амадей: очень породистый был кот!) и *Борис* (очень умный кот: даже засветился на сайте психотерапевта). «Не беда, – утешала она меня, – оба прекрасные коты и оба, несомненно, твои отцы, *Василий*. Я и назвала тебя этим именем (а Василий, уважаемый Читатель, означает «царственный»), потому что таких удачных котят у меня не было». «И не будет» – с легкой грустью иногда добавляла она.

Делая скидку на матушкину чувствительность и романтичность, я все же склонен считать, что в данном случае, как это ни удивительно, она говорила чистую правду. Действительно, гены как Эрнста, так и Бориса, явственно проступают в моем духовном облике (а внешность я унаследовал от матушки – «Одна мордочка!» – вылизывая мои ушки, обычно замечала она): от первого, Эрнста, я унаследовал, как и мой сводный братец *Мурр*, страсть к сочинительству и оригинальный склад ума, от второго, Бориса – веселый нрав и (где уж большее доказательство отцовства!) страсть к психотерапии. Поэтому, когда пришло время выбирать хозяина (это заблуждение, что хозяин выбирает себе кота или кошечку – все обстоит как раз наоборот!), я выбрал психотерапевта. Причем одного из лучших (к этому времени я уже знал о предмете: матушка живет в интеллигентной семье, а читать я научился рано) и, что особенно важно в моем случае, человека достаточно широких взглядов, чтобы признать в Коте Личность, по многим своим параметрам ни в чем не уступающую Человеку (а по многим – и превосходящую!)

Мой выбор оказался верен. Хозяин не только признал во мне коллегу, но и – что большая редкость! – разрешил юноше, не имеющему специального медицинского образования (в Медицинский Институт меня и на порог не пустили – о, близорукие служители божественного Эскулапа!) присутствовать в своем кабинете во время приема пациентов. Так я стал Котом-Супервизором.

Врожденное благородство природы не позволяет мне держать свои выводы и наблюдения при себе. Благосклонное внимание Хозяина и его несомненный интерес к нашим совместным разборам клинических случаев (он говорит, что мой оригинальный – нечеловеческий и непрофессиональный – взгляд очень освежает его восприятие происходящего) заставляет меня поделиться плодами своих раздумий с Вами, уважаемый Читатель, для изложения своих воззрений на открывающуюся мне Природу Человеческую с единственной целью внести свой скромный вклад в ее совершенствование.

Братец Мурр (со стороны Эрнста) вполне поддерживает мою альтруистическую установку, и даже обещает направлять мои первые скромные опыты. Благодарствую, но, мне кажется, я и сам справлюсь – такой прилив творческих сил вызывает во мне моя благородная миссия! И действительно, Дорогой Читатель, едва появившись в кабинете психотерапевта, я сделал свое Первое Открытие!

ЯНВАРЬ: Здесь и Сейчас

Открытие первое: люди не умеют расслабляться! Обучение читателя технике «Здесь и Сейчас» с помощью Бориса Акунина. Повторное обучение с помощью неизвестного прохожего и Фрица Перлза.

Первое потрясение, испытанное мною в кабинете Хозяина, связано с ужасающим **открытием**, что **Люди (по крайней мере, наши клиенты) совершенно не умеют расслабляться** (термин Хозяина, для меня это – пребывание в *естественном состоянии*, ЕС). В начале лечения они выглядят, *неживыми*. Я мог бы сравнить их с игрушками, но не мягкими, а пластиковыми или, хуже того, деревянными.

Входит такой Щелкунчик в кабинет и даже сам не осознает, почему ему так плохо. И рано или поздно (обычно рано) хозяин предлагает ему Упражнение под названием *Здесь и Сейчас* (ЗиС). Несчастное Существо послушно (но без всякого удовольствия!) обшаривает кабинет глазами и повторяет «Здесь и сейчас я *осознаю*, что я *вижу* на стене картину, на которой изображена речка...», и так далее.

Дорогие друзья-Люди! Мне горько открывать вам глаза, но знайте, что нас, Котов, этому учить незачем: ЗиС есть ЕС любого Кота, начиная с младенчества – ест ли он, играет, или же сидит на окне, благосклонно наблюдая за разыгрываемыми для него картинами Мироздания. Вот сейчас, например, я сижу на подоконнике зимней дачи...

– Здесь и сейчас я осознаю, что *сижу* на теплом подоконнике.

– Здесь и сейчас я осознаю, что *наблюдаю*, как падает снег; так невесомо, беззвучно... как мышка, крадущаяся мимо спящего кота.

– Здесь и сейчас я осознаю, что я *вижу*, как прилетает синица, садится на перила крыльца и глядит на меня нагло.

– Здесь и сейчас я осознаю, что *ощущаю*, как поднимается моя шерсть и напрягаются лапы и спина.

– Здесь и сейчас я осознаю, что я *слышу* голос Хозяина из кухни: «Василий, друг мой, пожалуйста к столу». БЕГУ!

Можно, конечно, читать или беседовать за едой, но тогда ЗиС будет смещено на содержание книги или беседы. Тоже неплохо, если оно того стоит. Но что категорически делать нельзя – ругаться или думать во время еды о чем-то неприятном: сейчас же вернитесь в Здесь и Сейчас!

М-мм-ррр... Что за прелесть этот Вискас!

ЗиС благословение Кошачьего Племена! Кот всегда находится в прочном контакте с окружающим миром (по возможности выбирая наиболее лакомые кусочки его), он не отравлен опасениями и преждевременными страхами (для примера, обычное состояние Собаки: «Когда же придет Хозяин? А вдруг он вообще не придет?!!!») Наивысшее наслаждение Кот испытывает просто наблюдая, непосредственно *сливаясь* с Вселенной (обычное состояние зрелого Кота). При этом Кот вовсе не нарциссичен: он НЕ в центре Вселенной, он просто часть ее (и далеко не худшая ее часть!); он растворяется в Мироздании, оставаясь в то же время собой, и только собой. Он – глаза и уши (и нос!) Вселенной. Есть ли наслаждение выше!

Но Люди – другое дело. Им мало быть глазами и ушами, им подавай быть *мозгом* Вселенной! Не удивительно, что с мозгами у Людей всегда проблемы. А видели ли Вы, любезный Читатель, когда-нибудь сумасшедшего Кота или просто неврастенического Кота? (Замечу попутно, что 50% Собак – невротики, а остальные 50% находятся в остром психотическом состоянии влюбленности в собственных Хозяев).

С горечью осознаю, что и я вступил на эту опасную стезю: я начинаю ДУМАТЬ! Ну что ж, врач должен разделять страдания своих пациентов. Тревожный симптом: я начинаю сомневаться, я начинаю задавать себе (и Хозяину) ВОПРОСЫ... Проклятие Рода Человеческого – манера все время задавать вопросы и, что еще хуже, плохо слышать ответы. По этому поводу позвольте мне процитировать блистательного Акунина («Алмазная колесница»):

« – Человек весь состоит из вопросов, а жизнь и окружающий мир – из ответов на эти вопросы. Определи последовательность занимающих тебя вопросов, начиная с самых важных. Потом настройся на то, чтобы воспринять ответы. Они повсюду – во всяком событии, во всякой вещи.

– Неужто во всякой?

– Да. Ведь каждый предмет – частица Божественного Тела Будды. Возьми хоть этот камень. – Тамба поднял с земли кусок базальта, показал ученику. – Бери. Смотри на него очень внимательно, забыв обо всем, кроме самого вопроса. Смотри, какая интересная у камня поверхность: все эти впадинки, бугорки, кусочки налипшей грязи, вкрапления. Представь, что от строения и вида этого камня зависит вся твоя жизнь. Изучай этот предмет долго, пока почувствуешь, что знаешь о нем все. И тогда задай ему свой вопрос.

– Например, к-какой? – спросил Эраст Петрович, с интересом рассматривая кусок базальта.

– Любой. Делать тебе что-то или не делать. Правильно ли ты живешь. Жить тебе или умереть».

Ну вот, допрыгались! Умереть – это лишнее. Ладно, о вопросах в следующий раз, а сейчас я возвращаюсь на подоконник, в Естественное Состояние Здесь и Сейчас. А вы, друзья, тренируйтесь.

P.S.

Оказалось, что инструкций, данных выше, для Людей недостаточно. Это выяснилось недавно, когда клиент на предложение Хозяина освоить ЗиС ответил, что он уже знаком с упражнением теоретически, по моим запискам, но совершенно не понимает его смысл: «Разве мы и так не всегда здесь и сейчас?»

Увы! Вы – далеко не всегда. Ваше тело, например, сидит на мягкой скамейке метро, в окружении (иногда очень тесном) других тел, а Вы – в книжке, в своем прошлом (каким оно Вам вспоминается), в своем будущем (каким оно Вам представляется). Реальность Вам то ли неинтересна, то ли ненавистна. Добро бы книжка была занимательной, прошлое – безоблачным, а будущее – восхитительным! У детишек бывает, а у взрослых – редко. Посмотрев в пустые глаза метро-сновидцев, так и слышишь что-то вроде: «Через неделю в командировку. В Голландию. А язык-то я не знаю! Переведут, конечно, но, как всегда, буду выглядеть дураком дураком» или: «Вот здесь, на Пушкинской, мы с ней сошли, а дальше пошли к ней домой, а потом – кошмар!..» Чтобы досмотреть свой позор до конца, Вы закрываете глаза, проезжаете свою остановку, и только крик «Освободите вагон! Поезд дальше не пойдет!» выводит Вас из нехорошего транса.

Нет, я говорю не обязательно о Вас, уважаемый Читатель! Есть люди, от природы предрасположенные к естественному контакту с Реальностью, а также есть счастливые *Состояния*... Вот, например, недавно со своего наблюдательного пункта на лоджии (спальный район Москвы, 19:10) я видел и слышал замечательного Человека. Снег засыпал город, и узкий очищенный проезд вдоль домов мирно делили возвращающиеся с работы – как пешком, так и на автомобилях. Среди пеших один, распахнув пальто (чтобы привести в равновесие внутренний жар души с температурой внешнего мира) негромко, но выразительно исполнял:

*Призрачно все в этом мире бушующем.
Есть только миг, за него и держись!*

В этот миг впереди идущий пассажир карабкается на прилежащий сугроб, чтобы освободить путь наглому джипу. От поющего моментально поступает комментарий «Вот так ОНИ с НАМИ обращаются» – и продолжение:

*Есть только миг между прошлым и будущим.
Именно он называется ЖИЗНЬ!*

Удивительный человек! Спиртное, как известно, уводит от реальности, а тут – какая мощная и динамичная связь с ней! Нет, я не призываю Вас пить, дорогой Друг! Я предлагаю Вам попробовать ЗиС: совершенно бесплатно и безвредно для здоровья.

Честно говоря, упражнение не такое уж и простое. Интересующихся отсылаю к «виновнику» его внедрения в арсенал психотерапии – *Фредерику (Фрицу) Перлзу*. Посмотрите, к примеру, в Практикуме по гештальттерапии, приведенному в его книжке «Внутри и вне помойного ведра». Там разбираются разные подводные камни. Например, последите за собой – КОГДА упражнение самопроизвольно прервалось? Стало скучно (тогда – в какой момент?), ушли в прошлое (какое?), улетели в будущее (с какой целью?). Для любителей улетать позвольте цитату из вышеприведенной книги: «*Люди, живущие футуристически, никогда не встречаются с событиями, к которым они готовятся, никогда не пожинают того, что сеют*».

Конечно, в этой жизни надо планировать и что-то предвидеть, просчитывать заранее – но не перегибайте палку: делайте это в настоящем, на основе реальной информации и к собственной пользе и удовольствию. Если вас «заносит» в плохое поле, многократно исхоженное без всякого положительного результата, скажите себе, как Скарлетт из «Унесенных ветром»: я подумаю об этом завтра. А в некоторых случаях и завтра об этом думать не следует. Человек (и Кот) есть не только то, что он ест, но и то, что он думает. В идеале, именно Вы выбираете, что Вам думать. А в помощь предлагается фраза:

– Здесь и сейчас я осознаю, что я *думаю* о; я осознаю, что эта мысль деструктивна и обдумывание ее бесполезно; я удаляю ее из поля своих ощущений/размышлений.

Но управление мыслями – высший пилотаж. А начинайте-ка Вы с простенького варианта ЗиС под названием «Чукча» (что вижу – то пою). Например, ПЕСЕНКА КОТА-ЧУКЧИ:

*Вот сидит пациент.
Супротив него
Стенка, психотерапевт,
Кружка, стол, окно.*

*Пациент говорит:
«Бр-бр-бр-бр-бр...»
Терапевт вроде спит,
Но глаза открыл.*

*А в глазах у него
Мудрость и печаль.
Мне-то, чулке, ничего –
Терапевта жаль!*

Тьфу! Вляпался в ПЕРЕНОС. Срочно возвращаюсь в ЗиС:
– Здесь и сейчас я *осознаю*, что я – Кот-Супервизор на приеме; я честно обрабатываю свое молоко (а иногда и сливки).

И не думайте, пожалуйста, что весь мой труд – сидеть в кресле, наблюдая за работой Хозяина. Во-первых, под пушистой шкурой происходит непрерывная Внутренняя Работа, результатами которой Вы, Дорогой Друг, имеете счастье наслаждаться. А во-вторых, я иногда покидаю кресло, чтобы по просьбе Хозяина провести вновь прибывшему клиенту ТЕСТ.

ФЕВРАЛЬ: тест ММРІ

Эдипов комплекс для Котов. Многофакторный личностный тест ММРІ – тестируются все! Чему же я научился? Матушка удивлена.

Здоровый человек задает вопросы миру («Что за бардак вокруг?»), жене («Куда ты дела мои носки?») и сослуживцам («И чем вы только думаете?»). Больному человеку, с которым врач имеет дело, вопросы задают. И первый вопрос, который получает наш ошарашенный клиент: «Хотелось бы Вам быть медсестрой?» Не удивляйтесь и не тревожьтесь, любезный Читатель: Хозяин пока что в норме, и вопрос исходит не от него, а от экрана компьютера, загруженного ММРІ. Прежде чем занять позицию в кресле напротив психотерапевта (и наискосок от меня, молчаливого, но не бесстрастного со-участника процесса), наш пациент делает ТЕСТ.

Почему-то Люди любят всяческие тесты. Загадка! Казалось бы, если у вас все в норме, то плевать, «насколько высок ваш сексуальный IQ» или «будете ли вы счастливы в браке» (вы и так знаете, что IQ у вас запредельный, а счастье – понятие относительное). А если у вас проблемы, то лучше от них отвлечься (целее будешь). Так нет же! С древности Люди ходят по гадалкам и оракулам, причем не для удовольствия, а специально нарываясь на неприятности. Напомню Вам, дорогой Друг, историю *Эдипа*.

Вы думаете, вся эта котовасия началась с рождения мальчика, отлучения его от матери (папаша наслушался прорицаний) и последующего усыновления? Как бы не так! Уже подросший Эдип услышал сплетню, поперся к Дельфийскому Оракулу, тот рассказал ему пикантную страшилку – и все! Эдип попался: его ЗАПРОГРАММИРОВАЛИ! Перед моим взором вновь прокручивается эпизод из блистательного фильма *Пазолини «Царь Эдип»* юный Эдип под стук барабанов, закрыв глаза, крутится на развилке, выбирая *случайный путь*, уводящий его от предсказанной судьбы. Разумеется, всякий раз он оказывается на пути в запретные Фивы; по пути туда убивает папу, прибыв на место, женится на маме... со всеми вытекающими последствиями.

Бррр! Чего только Люди не выдумают! Станный какой-то комплекс. Вот на днях я вычитал на сайте отца-Бориса анекдот:

«Приходит к психотерапевту мать с сыном. После беседы с клиентом врач удрученно сообщает матери:

– У Вашего сына серьезная проблема: Эдипов комплекс.

– Ну что вы, доктор, так беспокоитесь. Комплекс-имплекс... Главное, чтобы мамочку любил!»

А если серьезно – я до сих пор не могу разобраться, насколько Эдипов комплекс реально существует, а насколько он с легкой руки гениального Фрейда превратился в программу-страшилку? Может быть, это сугубо Человеческая проблема, и Коту в принципе ее не понять? У меня вот отношения с матушкой всегда были на редкость гармоничными и радостными. Хотя, если задуматься...

Стоп! Вернемся к ММРІ, любезный Читатель (или Читательница. Кстати, поговаривают, что и Человек-Женщина имеет комплекс, аналогичный Эдипову. Интересно, это заразно? Способен ли Кот-Супервизор подхватить это – и передать своим сыновьям и дочерям? Вправе ли я идти на такой профессиональный риск? *NB*: спросить у Хозяина!) И вообще, чего это меня потянуло на Эдипов комплекс? (Понял! Сама формулировка первого вопроса ММРІ: «Не хотели бы вы быть медсестрой» по отношению к клиенту-*мужчине* подталкивает его подумать о своих сексуальных извращениях. Ай да Кот!) Итак, вернемся к ММРІ.

Тест ММРІ, в современном русифицированном варианте СМІЛ (стандартный многофакторный метод исследования личности – см., например, одноименную книжку *Л.Н.Собчик*), является счастливым исключением среди многочисленных тестов, заполонивших страницы сайтов, газет и журналов, вплоть до «Мурзилки». ММРІ – тест серьезный: разработан профессионалами (американскими психологами *Маккинли* и *Хатэуэем*) по «жизненно-важным показателям» (цель – профессиональный отбор летчиков во время Второй мировой войны), вследствие чего старый военный тест благополучно дожил до наших дней, являясь сейчас одним из основных тестов, эффективно работающим в мирных целях психотерапии.

Первоначальная направленность ММРІ на выявление скрытых *психических* заболеваний не оправдалась. Сейчас ясно, что ММРІ квантифицирует (выражает в цифрах) личностные особенности, каждая из которых может колебаться в широких пределах (от 30 до 100 баллов и – крайне редко – выше или ниже) внутри своей шкалы при условной норме 50 плюс/минус 5. ММРІ дает 10 таких шкал, *названия* которых могут варьироваться, но смысл примерно такой (в скобках – гротескное отражение в форме психической патологии):

1. *Подавленность* (ипохондрия);
2. *Пессимистичность* (депрессия);
3. *Эмоциональная неустойчивость* (истерия);
4. *Импульсивность* (острый психоз; помните – у Высоцкого: «Настоящих буйных мало, вот и нету вожakov»);
5. *Мужественность* [у женщин] или *женственность* [у мужчин] (проблемы сексуальной идентификации);
6. *Ригидность* в смысле негибкости (паранойя);
7. *Тревожность* (фобия);

8. *Аутизм* или «уход в себя» (шизофрения);

9. *Оптимизм* (мания);

10. *Социальная интроверсия* или «уход от социума» (затрудняюсь с диагнозом...; есть социумы, отстраниться от которых просто долг перед собой для каждого порядочного человека – и тогда ему ставят, например, «вялотекущую шизофрению»).

Уважаемый Читатель, в особенности наш будущий клиент, хочу Вас успокоить: не пугайтесь диагнозов в скобках! (Попутно замечу, что правильно поставленного диагноза в принципе бояться не надо: болезнь надо определить – а потом лечить.) Что касается ММРІ, то хорошо развитый шизофреник может дать такой гладенький тест типа «50 плюс/минус 5» по всем шкалам, что любо-дорого смотреть; но только на тест – не на пациента. А оригинально мыслящий, но психически совершенно здоровый Человек, скорее всего, будет иметь очень высокий балл по «шизофренической» шкале под номером 8.

МОРАЛЬ: ММРІ в первую очередь выявляет *личностные особенности*, и лишь во вторую – указывает на возможную психическую патологию и/или тяжесть ее. Например, по мере лечения *фобии* мы, параллельно с улучшением состояния больного, наблюдаем спад по шкале 7 (скажем: 91–77–60); при *депрессии* – то же: снижение по шкале 2 к условной норме (или чуть выше, если депрессивный компонент изначально входит в структуру данной личности).

Кстати, бывают любопытные исключения. Приходит к нам мама с дочкой-подростком. Пациентка – дочка, но она ни на что не жалуется: ее, как овечку, привели. Жалуется мама: на жестокость, холодность, отчужденность, неукоснительное следование принципу «дай!» (не путать с принципом «дао»). Стандартный защитно-агрессивный подростковый набор. Только дочка оказалась нестандартной. При личной беседе (без мамы) выявились признаки типичной *депрессии* (снижение настроения и жизненной энергии, ухудшение памяти и внимания, сонливость и отвратительное настроение с утра – к вечеру лучше, присутствие и постоянное утяжеление вегетативных симптомов, и др.). По мере выдачи информации у «железной» дочки даже слезы на глазах появились (как до этого у мамы, рассказывающей о дочкиных «подвигах».) Но! На шкале депрессии 2 у девочки было всего 55: норма! Что за петрушка?

Тут на помощь приходят *шкалы достоверности*. Их три: **L** – условно «ложь» отражает специальную или подсознательную противоречивость ответов, **F** – условно «взволнованность» (ситуация столь напряжена, что человек вообще неважно соображает, в том числе и отвечая на тест) и **K** – условно «социальная прилизанность» (человек отвечает так, чтобы казаться «хорошим» с точки зрения окружающей среды, даже если она состоит из одного лишь психотерапевта). У пациентки при низких L и K, F оказалась завышенной; это заставляет настояжить интерпретатора, хотя считать тест автоматически недостоверным нельзя. Нормальный балл по шкале 2 в сочетании с клиническими признаками депрессии и высоким баллом по F говорит о том, что это – *скрытая депрессия*, когда ключевая проблема *отрицается* для себя столь сильно, что совершенно не проявляется в тесте. Отрицание – защита. В данном случае от затяжного болезненного состояния, если подсознательно нет надежды на помощь. Повидимому, в результате разъяснений Хозяина такая надежда появилась, потому что девочка «оттаяла» и лечиться согласилась охотно.

Вы спросите, мой терпеливый и благожелательный Читатель (а если Вы дочитали до этого момента, то эти эпитеты – для Вас), зачем вообще нужен ММРІ, если хороший психотерапевт и так видит, чем болен его клиент и как изменяется его состояние по мере лечения. Во-первых, не всегда все так однозначно. Бывает – *заявляется* одна проблема (скажем, затяжной конфликт

в семье), а лечению подлежит совсем другая (скажем, патологическая игра, о которой клиент скромно умалчивает). Предварительно сделанный ММРІ подскажет врачу, где искать корень проблемы; это сэкономит время и деньги (а в нашем примере это, фактически, одно и то же). Во-вторых, объективный контроль никогда не бывает лишним. И, наконец, в-третьих, *одна* шкала мало о чем говорит, поскольку Человек – создание не однозначное. Врач фиксирует **ВСЬ профиль личности** как соотношение показателей всех десяти шкал, и учитывает изменение этого профиля в процессе лечения. Здесь требуется профессиональная подготовка, обширный клинический опыт и способность чувствовать процесс – связь между меняющимся клиентом и его изменяющимся личностным профилем... Но вопрос: КУДА изменяющимся? Что есть норма?

Как-то, спустя два-три месяца после моего превращения в Кота-Супервизора, матушка спросила меня, чему же я научился в кабинете Хозяина? Я с гордостью открыл рот для обстоятельного отчета, но мозг мой захлестнула волна, даже скорее, суп из наблюдений, лиц, тестов, клочков бесед Хозяина с клиентами... И тут, как кусок мяса из супа, всплыл правильный ответ, и я выпалил: «**Я понял, что у всех Людей мозги – РАЗНЫЕ!**» Матушка слегка удивилась, но промолчала. Я же почувствовал, как изменился сам: теперь я уже не смогу, как обычный Кот (или обычный Человек), судить «со своей колокольни» по принципу «я знаю, как надо»; я вообще не смогу *судить*, а могу лишь радоваться МНОГООБРАЗИЮ психических миров и пытаться лучше понять каждый с тем, чтобы помочь конкретному Человеку стать САМИМ СОБОЙ: обрести и сохранить СВОЙ личностный профиль, СВОЮ норму. И успешно вписать ее в окружающий мир.

Итак, дорогой Друг! Если Вы станете нашим (или чьим-то еще) клиентом, не бойтесь ММРІ и не пренебрегайте им: задача теста – помочь психотерапевту, чтобы он смог помочь Вам. Конечно, никто не препятствует Вам тестировать себя самостоятельно, но... Вот, например, пришла к нам недавно на очередную сессию девушка: умненькая, активная, рефлексивная, так что работать с ней – одно удовольствие, и поделилась своим огорчением. Ходила она по Интернету, искала на псих-сайтах свои личностные особенности (которые и загнали ее к психотерапевту), и подсунули ей тесты, по которым она нашла один набор этих особенностей на одном сайте, а на другом – совсем другой. Бедное дитя! Нам пришлось долго разгребать эту кашу, прежде чем мы смогли навести хоть какой-то порядок и перейти, наконец, к теме сугубо важной. Догадались? Конечно же, **ЛЮБОВЬ!**

МАРТ: конечно же, Любовь!

Что значит месяц Март для Котов. Слово Евгению Шварцу и Эриху Фромму. Клинические истории Любви. Частное мнение Кота-Супервизора.

*Наливается небо синью,
Лыжник мнёт голубые снега,
И весеннему солнцу осина
Подставляет свои бока.*

*Свет и тени играют в жмурки.
У деревьев-то рыльце в пушику:
Распушают, как кошки, шкурки.
Это время Котам по нутру!*

Вот стих сам собой написался. Время года такое, особенное: весной даже пень, как известно, оживает. У «психов» начинается обострение, а у «нормальных» – психоз влюбленности. Зов Природы! Мы, Коты, смело следуем этому зову (что Людей раздражает – я думаю, от зависти к нашей спонтанности и красоте ее выражения: они даже употребляют по отношению к себе термины «Кот» и «Кошка» в сексуально-уничижительном смысле – а ведь надо бы наоборот!) О своей личной жизни я умолчу; а поговорим-ка мы с Вами, дорогой Друг, о Любви с рациональной (насколько выйдет) позиции Кота-Супервизора (умрр-р-ру, как тянет на улицу!) и его Читателя (а Вы-то зачем тратите на чтение лучшее время года?! Ну, разве что на работе...)

Но уж если Вы это читаете, то давайте поговорим о Любви! Так вот, была у нас с Хозяином на сайте тихо загибающаяся рубрика «Микст», заведенная в альтруистических целях помочь самовыражению посетителей. Весь улов – два стихотворения (на тему Любви, конечно), и с разрешения Хозяина я в конце концов придушил «Микст» как полусдохшую мышку – ввиду ее дальнейшей бесполезности для подвижных игр и забав. Но был там, любезный Читатель, очень неплохой, на мой взгляд, стих, начинавшийся так:

*Я в глаза собаки прохожей,
Одиноко бредущей, взглянула.
И сказала я ей: я тоже,
И меня любовь обманула.*

Не буду распространяться на тему о присутствующем там Собачьем лейтмотиве (дабы не прослыть анти-киноитом), но любой Кот скажет Вам, что сам тезис патологичен. Любовь не обманывает. НИКОГДА. Если Вы любили, хотя бы короткое время – это было время, когда Вы были ЖИВЫМ, и никакой психотерапевт, естественно, был Вам не нужен.

Другое дело, что за Любовь, как и за все в жизни, надо платить. Но именно *платить, а не расплачиваться*. И еще: пассивно ждать «принца» или «Золушку» бесполезно, а если и дождетесь в обозримое время, то скажите, что Вы будете делать с этими экзотическими созданиями – и что они будут делать с Вами, кто умеет только ждать? Короче, что Вы будете делать

после примерки хрустальной туфельки или круиза на яхте с алыми парусами? Чем будете платить за продолжение?

Теперь я переключу свой стиль (он, конечно, великолепен, но иногда я и сам от него устаю) на блистательный стиль *Евгения Шварца* – сюда действительно просится цитата из его «Обыкновенного чуда»:

Медведь: Но ведь вы знаете, чем все кончилось бы!

Хозяин: Нет, не знаю! Ты не любил девушку!

Медведь: Неправда!

Хозяин: Не любил, иначе волшебная сила безрассудства охватила бы тебя. Кто смеет рассуждать или предсказывать, когда высокие чувства овладевают человеком? Нищие безоружные люди сбрасывают королей с престола из любви к ближнему. Из любви к родине солдаты попирают смерть ногами, и та бежит без оглядки. Мудрецы поднимаются на небо и ныряют в самый ад из любви к истине. А ты что сделал из любви к девушке?

Медведь: Я отказался от нее.

Как видите, у *Шварца*, как и у *Фромма* (если еще не читали его «Искусство любить» – очень рекомендую!), Любовь трактуется широко – и к истине, и к ближнему... Но нас с Вами, дорогой Друг, интересует прежде всего Любовь в обычном смысле слова – та, что возникает между Мужчиной и Женщиной. Что ж, я с радостью поделюсь с Вами своими наблюдениями в качестве Кота-Супервизора. Конфиденциальность сохраню просто: имен не будет вовсе, а детали пусть ведут себя совершенно свободно (кстати, по Винни-Пуху лучший способ писать стихи – разрешить словам вставать туда, куда им захочется).

Вначале – осечка. Когда я перелистал с целью подбора материала свои конспекты супервизий – шерсть дыбом поднялась! Просто «Ералаш» какой-то, только наоборот. В основном истории типа «Ничего себе, за хлебушком ходил!» Для неврубившегося Читателя поясню. «Ералаш» – это телевизионный юмористический журнал для «девчонок и мальчишек, а также их родителей», которым предлагается: «Веселые истории послушать не хотите ли?»; причем некоторые сюжеты и их воплощение просто гениальны (мой любимый – «Сумасшедший дом»). Так вот, любовные истории, озвучиваемые в нашем приемном кабинете, НЕ веселые. С веселыми сюда не ходят – разве что в маниакальной фазе, но это быстро кончается. Поучительность их тоже вызывает сомнение. И все же... Есть в этих пси-историях нечто, вселяющее надежду. Поэтому все же послушайте.

LOVE STORY #1

Он был «козлом отпущения», и она, возмущившись этим, стала защищать его от всего класса. Сначала подружились, потом полюбили друг друга. Но не зря его выбрали «козлом»: он становился все более странным и, едва закончив школу, угодил-таки в психушку. Еще до этого, постепенно начав постигать происходящее – как-то нелепо, «не в такт» развитию их отношений – она стала читать литературу по психологии и, далее, по психиатрии. Вдохновляющий лозунг популярной книжной психологии «Помоги себе сам!» не оправдался. Шизофрения – это серьезно. Они расстались окончательно.

Есть не хотелось. Похудев, Она стала замечать, как увеличился интерес мужчин к ее «модельной» внешности. Она решила: пусть ЕЕ любят, спасают и защищают от жизни – и продолжала худеть. Анорексия. Булимия. Психотерапевт.

В начале лечения Она выглядела как разрегулированный автомат: на входе противоположные сигналы «отказ от еды – обжорство», на выходе неустойчивость в виде хаотических

осцилляциям «депрессия – мания». В маниакальной стадии появляется очередной «любимый». Я в недоумении: верно, мужчины есть, но где тут Любовь? Если она и была, то раньше, значительно раньше. Неужели нельзя было... Впрочем, шизофрения – это серьезно.

Ладно, давайте без тяжелой патологии. Но даже и в сравнительно легких случаях, таких как депрессия, зависимое расстройство личности, нарушение пищевого поведения, почти всегда замешана история с «мужчиной», который бросил (или которого надо бы бросить), которого завоевывают (или, с трудом завоеванного, боятся потерять), и так далее. Обычно пациентки охотно делятся такими историями в надежде получить совет как завоевать и/или воспитать «предмет» (во избежание недоразумений сразу предупреждаю: это – не к нам).

Вы спросите, дорогой Друг, что это я все о женщинах? Мужчины, что, хуже? Не хуже, а просто они другие и, к тому же, менее пациенток склонны говорить с врачом на тему «о любви и дружбе». Например, один наш клиент с диагнозом... ну, короче, нервозность, тики, бессонница, постоянное внутреннее напряжение... лишь на пятом сеансе, съев уже порядочное количество таблеток и тем несколько укрепившись, «раскололся». Происходило это примерно так (начинает психотерапевт):

- Чего бы сегодня еще хотелось?
- Еще какую-нибудь технику.
- Нужно ли? Это становится похожим на обучающий курс.
- Вот и хорошо!
- Нужна мера. Не хочу, чтобы Ваш жизненный процесс заменялся техниками
- Я уже не первый год чувствую, что *живой* разрядки не хватает. Эмоции внутри, которые не находят выхода. Я бы хотел, может быть, закричать, но как-то само собой не получается. Может у меня что-нибудь еще? Что-то еще растет?
- А что еще? У Вас нет психоза. У Вас – полиморфное тревожное расстройство и дистимия.
- Может быть, стрессовое расстройство? Не из той оперы?
- Не из той. Я не вижу никаких признаков
- Я не говорю, что у меня *сейчас* стресс. Но у меня был 4 года назад невероятной силы стресс. После этого слегка восстановился. Но спустя некоторое время – все это и началось. Тогда было много работы и эмоционального напряжения. Драматические отношения с подружкой, *которую я бросил*. И переживал гораздо больше, чем она. Если я думаю о прошлом – только об этом.
- Фф-у-у. Вы мне не сказали. Еще разок:

Кстати, вопреки расхожему мнению, мужчины далеко не всегда «бросают». Иногда совсем даже наоборот. Разрешите короткое отступление по поводу термина «Кот» (меня, признаться, немного нервирует неадекватное содержание, вкладываемое в это благородное слово). Тип «Кот-Всеядный» существует и в нашем, и в вашем, увы, племени. Но также, наряду с *биологической* потребностью Самца (тоже ничего плохого не вижу) как можно шире распространить свои гены, укрепляясь тем самым в собственном Виде, существует и *над-биологическая* потребность Разумного Существа к осуществлению собственной (а не Видовой) Судьбы посредством контакта с другим Существом, которое становится для тебя Единственным во всем мире. Чье благополучие становится для тебя важнее собственного, в том числе и видового, благополучия. Приятно осознавать, что и среди Людей встречается такое.

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.