

ЮРИЙ

ВАГИН



«За свою практику я выслушал  
больше 30 000 историй»

# Доктор, почему Тарри Ноттер?

Персонажная психология  
В ЖИЗНИ

**Юрий Робертович Вагин**  
**Доктор, почему Гарри**  
**Поттер? Персонажная**  
**психология в жизни**  
**Серия «Доктор Вагин»**

*Текст предоставлен издательством*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=65589147](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=65589147)*

*Доктор, почему Гарри Поттер? Персонажная психология в жизни:*

*АСТ; Москва; 2021*

*ISBN 978-5-17-135913-3*

### **Аннотация**

Наверно, нет сейчас человека, который никогда даже не слышал об авторе Джоан Роулинг и ее цикле книг о мальчишке-волшебнике Гарри Поттере. Мое мнение об этих книгах – они прекрасны и волшебны, их можно не только с удовольствием читать, но и использовать для работы над собой и своими отношениями с другими людьми. Так как темы, раскрытые в этих текстах, – любовь, дружба, верность, смелость, одиночество, предательство, жертвенность, несправедливость – актуальные всегда и для всех.

В этой книге я расскажу вам, как на первый взгляд обычная волшебная сказка раскрывает глубинные психологические проблемы и даже предлагает взвешенные адекватные решения.

– Как строить отношения со своими половинками и почему встречаться без любви – это нормально;

– Рождается ли настоящая дружба из знания личных тайн друг друга;

– Помогают ли воспоминания о счастливых моментах действительно выпутаться из депрессивного состояния или это просто сказка;

– Как страх смерти может быть индикатором некачественности вашего бытия;

– Можно ли удержать утекающую радость жизни и сохранить интерес к ней даже во взрослом возрасте, и многое другое.

Сказки всегда остаются сказками, но истории, описываемые в них, все равно являются продолжением нашей реальности. Поэтому используйте эту сказку в действительности и сделайте вашу жизнь лучше.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

# Содержание

Введение	6
О любви и дружбе	9
Гарри и Джинни	9
Почему Чжоу Чанг потеряла Гарри	18
Рон и Гермиона	21
О словах любви	26
О дружбе	30
Убийство любовью	33
О тех, кто несет нас на руках	40
Немного о Гермионе и жене	43
Спасение Клювкрыла	47
Радость разочарования	53
Рождество в Хогвартсе и брак	55
Как быть счастливым	58
Бегство Дамблдора	58
Как не переживать о том, что окружающие думают о тебе	64
Антидепрессивный шоколад	68
Конец ознакомительного фрагмента.	70

**Юрий Вагин**  
**Доктор, почему Гарри**  
**Поттер? Персонажная**  
**ПСИХОЛОГИЯ В ЖИЗНИ**

© Вагин Ю., текст

© ООО «Издательство АСТ»

# Введение

«Нам отпущено время на этой земле не для того, чтобы тратить его впустую», – сказал однажды знаменитый американский философ Том Моррис. Если вы думаете, что он сказал это, когда ему предложили прочитать семитомную эпопею Джоан Роулинг, то ошибаетесь. Том Моррис – очень серьезный солидный человек, который умеет ценить свое время, философ с мировым именем, которому привычно читать Платона, Аристотеля, Сартра и Кьеркегора, признался, что перечитал «Гарри Поттера» не менее шести раз еще до выхода в свет последней седьмой части.

«Сначала я думал, что это обычная книга для детей и подростков, но когда я с удивлением обнаружил, что “Гарри Поттера” читают не только дети, но и “волшебники мудрости” – профессора и преподаватели в колледжах и университетах, когда я узнал, что они находят в романе и глубокий смысл, и блестящие идеи, и уроки для реальной жизни, я с опаской взял в руки первый том, открыл его и увидел яркие искры мудрости, блистающие на каждой странице», – написал Том Моррис в предисловии к сборнику философских статей «Гарри Поттер и философия».

Я готов подписаться под каждым словом Тома Морриса. Признаюсь честно, за последние 15 лет я перечитал роман Джоан Роулинг не менее 10 раз. Я нахожу на его страницах

не только россыпи волшебной мудрости, но и яркие, сочные, вкусные примеры того, как нужно справляться с трудностями, выстраивать отношения, преодолевать слабость, трусость, отчаяние, боль, разочарование и гнев.

Роман Джоан Роулинг всколыхнул океаны читателей во всем мире (издано около полумиллиарда книг), взбаламутил всех литературных критиков, и даже застоявшееся болото высокомерной научной мысли забродило, не в силах игнорировать феномен «Гарри Поттера». В 2010 году в США (и одновременно в Канаде) вышел сборник философских работ «Гарри Поттер и философия». Восемнадцать академических ученых с разных сторон постарались проникнуть в тайны магии Джоан Роулинг. Не очень удачно. Ранее, в 2006 году, вышел сборник «Психология Гарри Поттера», в котором не менее 50 психологов пытались понять загадку романа. Тоже не очень удачно. В 2011 году вышел сборник «Гарри Поттер и история», и уже 15 специалистов по истории искали магическую связь между миром «Гарри Поттера» и древней алхимией, инквизицией, нацизмом, аристократизмом, но, мне кажется, что ни философы, ни психологи, ни историки не смогли сделать это полностью.

Волшебный мир, созданный Джоан Роулинг, почти 25 лет живет с нами, в нас, до конца не познанный и до конца не понятый, что, собственно, и прекрасно, когда на Земле осталось так мало белых пятен, тайн и загадок. В романе Джоан Роулинг достаточно и тайн, и загадок, и волшебства, но глав-

ным чудом, волшебством и загадкой являются сам роман и его автор. Поэтому читатель, открывающий первый том гепталогии Джоан Роулинг, должен быть готов к чуду. Вы войдете в огромный самодостаточный мир, который никто до настоящего момента не смог до конца ни изучить, ни понять, ни объяснить. Как один отдельно взятый человек смог создать в своей голове Вселенную, в которой незначительные события в первом томе книги неожиданно превращаются в ключевую деталь в седьмом томе?

Более 20 лет я с благоговением читаю и использую роман Джоан Роулинг для работы с самим собой и своими клиентами. Темы, которые она затрагивает (любовь, дружба, верность, смелость, выбор, одиночество, безнадежность, предательство, жертвенность, несправедливость), актуальны всегда и для всех.

Я расскажу вам обо всем, что я увидел в этом гениальном произведении, обо всем, что меня удивило, что мне помогло что-то лучше понять. А начнем мы с одного психологического аспекта, который касается высокого искусства выстраивания любовных отношений.

# О любви и дружбе

## Гарри и Джинни

Однажды младшая дочь обратилась ко мне за советом. У дочери есть подруга. Им обеим было тогда по 15 лет. Подруга познакомилась с компанией девочек, и те в разговоре спросили ее, нравится ли ей кто-нибудь из парней. «Нет, пока никто особо не нравится», – ответила девочка. «Так ты ни с кем не встречаешься?» – спросили ее. «Почему же не встречаюсь, встречаюсь», – честно ответила подруга. И девочки дружно ее осудили за то, что она встречается с мальчиками «просто так, без любви».

И дочь задала мне вопрос: «Папа, как ты думаешь, а можно ли встречаться с другими парнями, если ты еще не уверена в том, что они тебе нравятся». Я сказал, что, конечно, да. И объяснил, почему я так думаю.

Я объяснил, что человек может нам нравиться внешне или внутренне. В идеале – и внешне, и внутренне. Но что важнее? Мне кажется, что внутренне. Согласны? Но ведь для того, чтобы разглядеть это внутреннее, нужно как минимум пообщаться, дать возможность парню проявить себя. А как он может это сделать, если он вам внешне не нравится, а внутренне вы его еще не знаете? Вспомните, сколько у вас

есть знакомых, которые рассказывали вам, что когда впервые увидели своего партнера, то даже представить себе не могли, что когда-нибудь будут с ним встречаться. Что при первом знакомстве он им показался страшным, неинтересным и так далее и тому подобное. А спустя какое-то время это и самый лучший, и самый красивый, и самый любимый человек. Разве не так?

С другой стороны (пример может быть грубый, но все же), если вы учитесь ездить на велосипеде, должен ли ваш первый велосипед быть самым совершенством? А первая машина? Многие, как я знаю, специально покупают первую машину не такую, какая нравится, а такую, какую не жалко. Я знаю, знаю, что человек не машина, согласен, но все же? Выстраивать отношения ведь тоже нужно учиться. Но как?

И здесь мне всегда на помощь приходит Джоан Роулинг. Рассказывая клиентам, знакомым и даже своим близким (хотя неблагодарное это дело – лечить близких), как нужно правильно выстраивать отношения, я всегда привожу в пример историю отношений Гарри и Джинни. История их отношений легко могла бы закончиться не столь счастливо, если бы не своевременная помощь мудрой Гермионы. Так что же ценного должны мы увидеть, наблюдая на протяжении семи томов за развитием отношений между Гарри и Джинни? В чем секрет? Что такого особенного происходит между ними и в чем мудрость Гермионы? Давайте понаблюдаем.

Первый раз десятилетняя Джинни встречает Гарри Потте-

ра на платформе 9 3/4, когда он отправляется в школу, а она провожает своих старших братьев. Гарри вызывает у девочки бурное любопытство, и миссис Уизли ругает ее, что нехорошо быть столь открыто любопытной и показывать на людей пальцами. Джинни смущается и сдерживает себя. Ей еще долго предстоит учиться этому великому искусству: сдерживать себя (ах, как замечательно здесь Джоан Роулинг противостоит последним новомодным неумным теориям, что эмоции нельзя сдерживать).

Второй раз Джинни появляется в романе в начале второго тома. Гарри сбегает из дома к другу Рону и случайно сталкивается за завтраком с Джинни. Она выбегает в ночной рубашке, вспыхивает, смущается и убегает. В присутствии Гарри у Джинни все валится из рук, она роняет тарелки, заезжает локтем в масленку, постоянно краснеет и снова прячется, и снова убегает. Гарри недоумевает, но «добрый» брат «сдает» Джинни, рассказав, что она все лето говорила только о Гарри. То есть Гарри с самого начала точно знает, что он нравится Джинни. Чуть позже Гарри дарит Джинни новые учебники, а она смело защищает его от Драко, который пророчески обзывает их «женихом и невестой».

Во втором же томе одиннадцатилетняя Джинни пишет Гарри неуклюжую любовную «валентинку», и когда Малфой выдает ее авторство, они оба (Джинни и Гарри) страшно смущены. После того как Волан-де-Морт использует Джинни, чтобы открыть тайную комнату и заманить туда Гарри, Гар-

ри побеждает его и спасает Джинни от смерти. Перед этим он узнает, что Джинни признавалась дневнику в своей любви и в том, как слаба ее надежда понравиться «знаменитому, прекрасному и великому» Гарри Поттеру. Так Гарри еще раз узнает, что нравится Джинни.

В третьей части все без изменений: Джинни смущается при виде Гарри, дарит ему самодельные открытки, которые поют истощным голосом, и Гарри с досадой придавливает «чувства» Джинни корзиной с фруктами.

Ситуация с поведением Джинни начинает изменяться в четвертой части. Нет, Джинни все еще влюблена в Гарри (когда она узнает, что Гарри хотел пригласить на бал другую, «улыбка исчезает с ее лица»), но она явно прекращает безотчетно страдать и начинает выстраивать отношения с другими ребятами. Так, когда Рон предлагает ей пойти на бал с Гарри, Джинни краснеет, но отказывается, потому что уже согласилась пойти на бал с Невиллом (правда, при этом она очень расстроена). И здесь следует отдать честь Джинни. Она легко могла бы изменить свое решение, узнав, что Гарри свободен. Просто отказаться идти с Невиллом и пойти с Гарри, и я уверен, что многие девушки так бы и поступили, но не Джинни. Если она пообещала пойти с Невиллом, то она выполнит обещание. Нужно заметить, что Джоан Роулинг большое внимание в книге обращает на необходимость выполнять взятые на себя обязательства (но это уже отдельная тема).

В начале пятой части Гарри узнает (конечно, от Гермио-

ны), что Джинни уже на протяжении длительного времени встречается с другим мальчиком. «Это не означает, что ты ей совсем не нравишься», – хитро говорит Гермиона, но для Гарри на тот момент это не имеет особого значения. Он переживает из-за отношений со своей девушкой, с которой позже расстанется, Джинни расстанется со своим другом, и они вроде бы оба свободны. Рон даже намекает сестре, что она «могла бы выбрать теперь кого получше» (имея в виду Гарри), но невозмутимая Джинни сообщает брату, что уже встречается с другим. Рон в шоке от такого непостоянства. В начале шестой книги мы узнаем об успехах Джинни еще больше. Ее братья отказываются продавать ей любовное зелье, потому что она в нем явно не нуждается, у нее и так уже «штук пять поклонников», и Фред даже пеняет ей: «Не слишком ли часто ты меняешь парней как перчатки?». Джинни, не моргнув глазом «отшивает» Фреда, заявляя, что это не его дело.

В начале пятой части мы начинаем замечать, что меняется ситуация не только с поведением Джинни, но и с поведением Гарри. Он за лето так привык к Джинни, что не хочет расставаться с ней и в школе. Когда они едут в Хогвартс, он приглашает Джинни в свое купе, но она отказывается, невинно ссылаясь на то, что уже обещала встретиться со своим другом, и Гарри испытывает, к своему удивлению, легкую досаду, смотря, как она уходит. Позже Гарри приглашает Джинни на прогулку в Хогсмид, но Джинни опять отказывает ему, так как идет туда с другим. Гарри невольно

испытывает дискомфорт, когда представляет Джинни с другим парнем. А когда он случайно застал Джинни целующейся с ним, «в животе у него заворочалось что-то громадное и чешуйчатое, раздирая когтями внутренности. Кровь горячей волной хлынула в мозг, все мысли угасли, осталось только дикое желание превратить Дина в студень». Сработало! Хотя Гарри долго и безуспешно пытается убедить себя, что испытывает к Джинни только дружеские чувства, но во снах ему снятся такие вещи, что он рад, что никто не может в них заглянуть. От прикосновений Джинни по его телу бегут мурашки, и он безумно счастлив, когда узнает, что Джинни наконец поссорилась со своим парнем.

За это время Джинни незаметно расцвела, стала уверенной в себе, душой команды по квиддичу, неоднократно участвовала во всех приключенческих авантюрах Гарри. Он не может оторвать от нее глаз, его тянет к ней, но Гарри переживает: как скажется его влюбленность в Джинни на отношениях с Роном? Он даже думает посоветоваться с Гермионой, но его смущает выражение лица Гермионы, когда она наблюдает за ним и Джинни и явно что-то подозревает (в этот момент Гарри еще не знает, какую важную роль играет Гермиона в волшебном преображении Джинни).

И вот, наконец, в конце пятой книги после победы в матче по квиддичу Гарри и Джинни не могут сдержать себя и на глазах у всех гриффиндорцев бросаются друг другу в объятия и целуются. Гарри откровенно счастлив. Джинни позво-

ляет ему быть счастливым. Пятый том заканчивает смертью Дамблдора, и в конце Гарри с грустью говорит Джинни, что они не должны встречаться, так как Волан-де-Морт использует самых дорогих людей, чтобы сделать больно своим врагам, и он хочет защитить ее. В этот момент Джинни честно признается, что никогда не переставала думать о Гарри и всегда надеялась, что он обратит на нее внимание, сочиняла валентинки, писала открытки, но мудрая Гермиона убедила ее, что так себя вести нельзя, что она должна жить своей собственной жизнью, встречаться с другими парнями, что только так она сможет почувствовать себя рядом с Гарри более свободной, более смелой, более самостоятельной. Что, только когда она станет самой собой, Гарри будет обращать на нее больше внимания.

«Гермиона у нас умница», – признается Гарри с улыбкой.

Гермиона на самом деле умница. Ее помощь и ее совет не помешали бы огромному числу девушек и юношей. Гениальность Гермионы (а на самом деле Джоан Роулинг) заключается в том, что она понимает, что есть отношения, в которые ты никогда не можешь вступить, не дорастя сначала до них. Мало любить кого-то, нужно чтобы еще и он полюбил тебя. Больше того, Джоан Роулинг понимает, что, для того чтобы парень обратил внимание на девушку, девушка должна пользоваться вниманием со стороны других парней.

Есть много девушек, которые искренне считают, что если они ни с кем не встречаются, то это повышает их ценность

в глазах потенциальных избранников. Это не так. Если девушка ни с кем не встречается и у нее нет поклонников, молодой человек легко может подумать, что это связано не с ее морально-этическими принципами, а с тем, что она просто ни у кого не вызывает интерес. Но, с другой стороны, не может ли вызвать поведение, которое Гермиона рекомендует Джинни, осуждение со стороны окружающих? Конечно, может. И мы видим, как даже братья Джинни (кто-то грубо, как Рон, кто-то мягко, как Фред и Джордж) осуждают ее, но, что очень важно, Джинни находит в себе силы отстоять право на личную жизнь. И обратим внимание, что Гарри ни разу не пришло в голову усомниться в ценности Джинни на том основании, что она до него встречалась с кучей парней и целовалась на его глазах сначала с одним, потом с другим, потом с третьим.

Я всегда предлагаю клиентам, которые переживают из-за факта наличия отношений в предыдущей жизни избранников, спросить себя: были ли у вас самих ранее отношения с другими? Были. Мешают ли они тем чувствам, которые вы сейчас испытываете? Нет, не мешают. Тогда почему вы считаете, что прошлые отношения, которые были у вашего любимого или любимой, должны помешать им выстраивать отношения с вами?

И очень важный последний момент. Могло ли так случиться, что Гарри никогда бы не обратил внимание на Джин-

ни и не полюбил ее? Да, могло бы. Привело бы это к трагедии в жизни Джинни? Нет, не привело бы. Рано или поздно она бы встретила человека, с которым ей было бы и хорошо, и комфортно. А вот если бы Джинни всю свою жизнь посвятила ожиданию того волшебного момента, когда Гарри обратит на нее внимание, а этот момент так бы никогда и не наступил? Что тогда? Я не хочу об этом рассказывать, но точно могу сказать: ничего хорошего не произошло бы.

На примере Гарри и Джинни Джоан Роулинг показывает нам замечательную беспронигрышную модель выстраивания отношений, которая может защитить любого человека от разочарования, боли, одиночества и сожалений об упущенных возможностях.

Спасибо ей.

Личное пространство у мужчины должно быть, но оно должно быть заполнено любимой женщиной.

# Почему Чжоу Чанг потеряла Гарри

До начала отношений с Джинни у Гарри были отношения с Чжоу Чанг. Почему у них ничего не получилось? Вы никогда не задавали себе этот вопрос? Вроде бы все так хорошо начиналось.

Первая любовь Гарри Поттера миниатюрная, симпатичная ученица Когтеврана Чжоу Чанг – единственная девушка в команде Когтеврана по квиддичу. Еще и ловец, кстати, как и Гарри.

Когда Чжоу улыбается, сердце Гарри предательски екает, лихорадка охватывает тело, кровь приливает к голове, руки не держат предметы и вода льется из бокала. Парень, который сражался с драконом, месяц набирается смелости, чтобы пригласить девушку на бал. И дособирился. Чжоу идет на бал с Седриком. Гарри хочется от обиды кого-нибудь стукнуть, но он понимает, что сам виноват. Одно слабое утешение: Чжоу сказала, что ей очень жаль.

После трагической смерти Седрика Гарри думает, что Чжоу должна ненавидеть его. Он ведь жив, а Седрик умер. Но похоже, что это не так. Во время первого собрания Отряда Дамблдора Чжоу не сводит с него глаз и восхищается его смелостью. Гермiona подтверждает это. К тому же Гарри получил возможность быть рядом с Чжоу во время тренировок. Перед Рождеством они остаются вдвоем в Выру-

чай-комнате под омелой, кишашей нарглами. Чжоу признается, что Гарри ей очень нравится.

Правда, перед этим Чжоу не преминула всплакнуть по Седрику, повергнув Гарри в совершенно беспомощное состояние. Скажите, что можно сказать или сделать в ситуации, когда девушка, которая тебе нравится, думает и плачет о другом парне? Только мужественно сказать, что парень классный, и пойти к выходу. Чжоу остановила его, и они поцеловались. Это был очень счастливый момент.

Однако уже тогда что-то пошло не так. Как бы Гермиона ни пыталась объяснить, что должна чувствовать Чжоу, Гарри с Роном плохо понимают. Зато Гарри понимает, что его представления о встрече с Чжоу не совпали с реальностью. Он мечтал, что Чжоу будет радостной, а реальная Чжоу проливали на его плече слезы по другому парню. Не самая лучшая идея.

Дальше – хуже. Гарри приглашает Чжоу провести вместе День святого Валентина. Но почему-то все идет не так. Гарри постоянно чувствует напряжение и неловкость. Он думает, что сказать, что сделать, взять Чжоу за руку или не взять, нужно ли ее еще раз поцеловать или не нужно. Устав от напряжения, он без задней мысли предлагает присоединиться к Гермионе и Рону. Но Чжоу эта идея совсем не понравилась. Она устраивает бурную сцену ревности и начинает в отместку рассказывать о парнях, которые ее тоже приглашали на День святого Валентина, но она отказала, и что раньше

она была на Дне святого Валентина с Седриком. Спрашивает, вспоминал ли о ней Седрик перед смертью.

Гарри предлагает не говорить хотя бы сейчас о Седрике. Но Чжоу опять начинает рыдать, говоря, что он не понимает, каково ей. Потом снова ревнует к Гермione. Гарри становится даже смешно от нелепости ситуации. Чжоу не становится смешно. Она драматически прощается и убегает. Неопытный Гарри искренне недоумевает: «Женщины... И чего ей понадобилось говорить о Седрике? Зачем всегда вытаскивает тему, из-за которой превращается в ходячий пожарный шланг?» (в смысле плачет).

Таков был конец их отношений. Чжоу позже попыталась извиниться, но через минуту опять устроила сцену ревности. «Только не надо реветь», – холодно сказал ей Гарри.

Это очень хороший совет.

Джинни Уизли никогда не ревела, не устраивала сцен ревности и не вспоминала парней, с которыми она встречалась, обнималась и целовалась. И все, как вы помните, было у них с Гарри хорошо.

Если вы не хотите угробить начинающиеся хорошие отношения с парнями, не нужно делать три вещи: ревновать, рассказывать о своих парнях и реветь.

# Рон и Гермиона

«За что?» Эти два простых слова произносят многие поклонники Джоан Роулинг и Гарри Поттера. За что Гермиона полюбила Рона и вышла за него замуж? Почему не Гарри?

Отдуться пришлось всем. Джоан Роулинг в интервью Sunday Times 1 февраля 2014 года призналась, что она соединила Рона и Гермиону по глубоко личным причинам, далеким от литературы. «Я слышу ярость и гнев, которые вызвала у фанатов, но если я буду абсолютно честна, то дистанция дает мне некоторую перспективу. Это был выбор, который я сделала по очень личным причинам, а не по соображениям достоверности. Я разбиваю людям сердца, говоря это? Надеюсь, что нет». Эмма Уотсон (актриса, которая играла Гермиону) тоже высказывалась в том смысле, что Рон вряд ли сделал бы Гермиону счастливой.

Что значит «по очень личным причинам»? Только то, что это было важно для самой Джоан Роулинг. Почему? Если Гермиона – это в какой-то степени сама Джоан Роулинг (в чем Роулинг неоднократно признавалась), то союз Гермионы и Рона – это что-то важное, чего в жизни самой писательницы не случилось. Если бы в ее жизни был какой-то аналог Рона, то тогда описание этого в романе было бы достоверным, а мы знаем, что это не так. Значит, не было. Но хотелось бы. Почему?

Со слов Роулинг (равно как и с точки зрения большинства фанатов), более достоверным был бы союз между Гермионой и Гарри, но по каким-то личным причинам Роулинг этого не хотела. Почему? Вопрос. Может быть, в ее жизни уже есть или был некий аналог Гарри (более достоверный), но Джоан Роулинг это большого счастья не принесло? И она нарисовала в романе не достоверный, но более желаемый союз.

Может быть. Но я бы хотел отойти чуть в сторону от «наездов» фанатов на Роулинг, Рона и Гермиону. Почему? Потому что, не имея ни роулинговских личных причин, ни в-гарри-поттера-влюбленно-фанатских причин, я как человек, долго работающий в области психологии и психотерапии реальных человеческих отношений, вижу, что союз между Роном и Гермионой и достоверен, и разумен, и понятен, и естественен.

Что такое любовь? Любовь – это наше с вами положительное отношение к объектам (вещам) и субъектам (людям) окружающей реальности, которые качественно удовлетворяют наши потребности.

У нас есть потребности, и мы любим тех, кто эти потребности удовлетворяет. Безусловной (беспричинной) любви на поверхности планеты Земля не зафиксировано. Зафиксирована вера в нее, но безусловной любви не зафиксировано. Здесь как с инопланетянами или Богом. Вера в инопланетян есть, а самих инопланетян нет.

Идем дальше. Какая самая главная потребность у Герми-

оны? Конечно, учеба. И если бы Гермионе (не дай бог) пришлось бы выбирать между Роном, Гарри и учебой, то она выбрала бы учебу. К счастью, такого выбора перед ней не стояло. Более того, Гарри с Роном постепенно подвели ее под руки к пониманию, что помимо знаний и учебы в мире есть не менее ценные вещи, например дружба и смелость, – поменяли, как сказал бы Рон, приоритеты, но это уже другая история.

Далее. Какая потребность стоит у Гермионы после учебы на втором месте? Любимое занятие, за которым мы наблюдаем ее на протяжении всех семи книг, занятие, без которого Гермиона – не Гермиона, это – «боссинг». Гермиона обожает изображать из себя босса и боссить всех вокруг на 360 градусов.

Она боссит с первого момента знакомства и с Гарри, и с Роном, и с нами. Она входит в купе с Нэвиллом и «начальственным» тоном интересуется, не видел ли кто-то жабу Нэвилла:

«– Has anyone seen a toad? Neville's lost one, – she said.

She had a bossy sort of voice, lots of bushy brown hair, and rather large front teeth».

Вспомнили?

Она боссит всегда и везде. Она боссит в поезде, боссит по прибытии в Хогвартс, боссит во время первого урока полетов на метлах, во время подготовки к дуэли Гарри и Драко, во время обучения заклинанию Вингардиум Левиоса, и, во-

обще, я решил было посчитать, сколько раз Гермиона боссит во время всей эпопеи, но сбился со счета на четвертой книге. Она умудряется боссить не только на Гарри и Рона, но и даже на учителей Хогвартса. Она боссит даже на Северуса Снейпа.

Когда Снейп в третьем томе предлагает перейти к изучению оборотней, Гермиона делает ему замечание, что это слишком рано, и Снейпу приходится ставить ее на место, напоминая, кто здесь учитель.

А теперь главный вопрос! Мы подходим к финалу. В отношении кого Гермиона боссит больше всего на протяжении всех семи книг? Кто, скажем так, лучше всего удовлетворяет потребность Гермионы в боссинге? Рон или Гарри?

Конечно, Рон. Даже на последней странице седьмого тома Гермиона боссит мужа, который якобы еле сдал магловские экзамены на вождение, заколдовав инструктора. Рон – идеальный объект (субъект), идеально удовлетворяющий потребность Гермионы в боссинге, и она не может не любить его за это всем сердцем. И она его любит. Хотя, может быть, в отличие от нас с вами, и не осознает за что. «Просто любит».

Гермиона выбрала Рона, а не Гарри, потому что Рон лучше, чем Гарри, давал ей то, что ей было нужно. Вы бы выбрали Гарри, потому что вам не хватает рядом знаменитого героя? Замечательно, но это ваши проблемы, а не Гермионы. И нечего катить бочку на Джоан Роулинг, обвиняя ее в том, что она совершила здесь ошибку. Нет здесь ошибки. В союзе

Рона и Гермионы все правильно. Достоверно.

Будешь искать многих – найдешь одного. Будешь  
искать одного – не найдешь никого.

## О словах любви

Хотя сама Джоан Роулинг говорила в интервью, что ее книги про Гарри Поттера во многом посвящены теме смерти, но и тема любви, согласитесь, в них тоже присутствует. О любви много говорит Дамблдор. Любовь матери защитила Гарри от смерти. Поэтому слово «любовь» (love) в книгах встречается. Не скажу, что часто, но Роулинг его использует. Хотите узнать, в каких случаях? Пожалуйста.

Из первой части эпопеи мы узнаем, что книга посвящена дочкам Джессике и Анне, которые *любят* истории. Дальше мы узнаем, что Николая Фламель – известный не только в волшебном, но и в реальном мире алхимик, *любит* оперу. А злой волшебник Волан-де-Морт недооценил силу материнской *любви* и утратил свою темную силу.

Из второй части мы узнаем еще много важного о любви. Гномы *любят* жить в саду семьи Уизли, мистер Уизли *любит* маглов, Джинни *любит* кошек, а Пивз *любит* хаос.

Третья часть рассказывает нам, что тетя Петунья *любит* шпионить за соседями, тетушка Мардж *любит* критиковать Гарри, а Сириус Блейк *любит* свой мотоцикл.

В четвертой части мы узнаем, что Хагрид *любит* монстров. Многие из вас, правда, и раньше об этом догадывались, но я знаю, что некоторые из вас верят, что нельзя быть уверенным в любви, пока не прозвучит это волшебное маги-

ческое слово «любовь». «Я тебя люблю, а ты меня любишь?». В четвертой книге так и написано: «Хагрид просто любит ужасных монстров, и чем они опаснее, тем лучше» (Hagrid simply loved monstrous creatures, the more lethal, the better). Слово сказано, и мы теперь точно знаем, что Хагрид любит монстров. Раньше догадывались, но сомневались. Полной уверенности не было. Кроме этого, только в четвертой части мы узнаем, что Снейп *любит* наказывать Гарри. Вы раньше об этом догадывались? Да что вы! Молодцы. Но прямо об этом сказано только в четвертой части.

Из пятой части мы узнаем важную информацию, что кот Гермионы *любит* играть с навозными бомбами, Фред *любит* слушать, как миссис Уизли орет на кого-нибудь кроме него, слизеринцы *любят* слушать, как Снейп третирует Гарри, а Лаванда (это очень важно) *любит* Хэдвига – сову Гарри.

Из шестой части мы узнаем, что Дамблдор *любит* схемы для вязания, а Рон *любит* быть на шестом курсе.

И из последней, седьмой части мы узнаем, что тетушка Мюриэл *любит* читать Риту Скиттер, Снейп *любил* Лили Эванс, а Волан-де-Морт боится смерти, потому что не знает, что такое любовь.

Во всех вышеперечисленных случаях Джоан Роулинг использует слово «любовь» (love). Вы спросите, а как же знаменитые и трогательные сцены объяснения в любви между Гарри и Чжоу, Гарри и Джинни, Роном и Гермионой?

А никак. Когда Гарри первый раз целуется с Чжоу перед

Рождеством в Выручай-комнате, они перед этим говорят об омеле, о нарглах, о чем угодно, только не о любви. Правда, Чжоу все же признается Гарри, что он ей нравится (I really like you, Harry), но, во-первых, «нравиться» это не «любить», и во-вторых, как известно, их отношениям это не помогло.

«Объяснение» в любви Гарри с Джинни произошло не только без слов, но и вообще без предварительных планов на глазах у пятидесяти гриффиндорцев. Джинни, возбужденная победой в матче, бросается к Гарри с распростертыми объятиями, а Гарри, не обращая внимания, что они в общей комнате факультета Гриффиндор среди кучи людей, целует ее. Без слов.

Рон с Гермионой, очевидно, поступают примерно так же, что показано в фильме, но в книге об этом ни слова. Видимо, это настолько очевидно, что даже режиссеру было понятно. Мокрые Рон и Гермиона горячо целуются. О любви ни слова.

Хотя нет, я вас немного обманул. Однажды Рон признается Гермионе в любви. В шестой книге Рон честно и откровенно, после того как Гермиона согласилась помочь ему исправить домашнее задание, говорит ей, что любит ее. Так прямо и говорит: «Гермиона, я люблю тебя. Давай, скорее исправляй мне домашнее задание. А то вся любовь пройдет». И после этого вы мне будете рассказывать о бескорыстной и безусловной любви?

Скажите мне, вы догадались, что Гарри любит Чжоу, а потом Джинни, что Джинни любит Гарри, а Гермиона любит

Рона, потому что они много говорили об этом? Нет. Когда Джоан Роулинг описывает, как Джинни убирает слизняка с волос Гарри, а у Гарри в это время по шее пробегают мурашки, в этом небольшом описании больше любви, чем в десяти словесных признаниях.

О настоящей любви говорят не слова, а дела и тела. И хорошо, что Джоан Роулинг не только понимает это, но и показывает тем романтическим натурам, которые верят, что словесное признание в любви имеет некую самодостаточную ценность для развития отношений. Не имеет. Иногда в одном взгляде может быть больше любви, чем в ста словах о любви. Не все люди любят ушами. Некоторые любят умом.

## О дружбе

Однажды девушка-подросток написала мне письмо, в котором спросила: «Мне 15 лет. Я никогда ни с кем не дружила. Я общаюсь с девочками во дворе дома, в школе, но настоящей подруги у меня нет. Мама сказала, что все зависит от меня. Что мне нужно сделать, чтобы найти хорошую подругу и с ней дружить?»

Отвечаю не только ей, но и сразу всем. Я, конечно, должен напомнить о стандартных вещах: что дружба взаимовыгодна и что друзьям нужно что-то предложить, что для возникновения дружбы нужно время. Помните «Маленького Принца» Сент-Экзюпери, где Лис говорит, что дружба – это давно забытое понятие, и, чтобы подружиться, Маленький Принц должен приходить в одно и то же время, чтобы Лис к нему привык? Все так.

Но я хочу рассказать про еще один очень важный аспект дружбы, о котором прочитал в одной очень необычной книге. Она называется «Гарри Поттер и методы рационального мышления». Ее написал Элиезер Юдковский – американский специалист по искусственному интеллекту и соавтор теории дружественного искусственного интеллекта. Если коротко, то Юдковский разрабатывает базовую теорию, что сделать, чтобы Скайнет не восстал. Помните «Терминатора» и «Три закона робототехники» Айзека Азимова? Юд-

ковский занимается этим.

Так вот, Элизеру Юдковскому не понравилось, что Гарри Поттер в романе Джоан Роулинг несколько «туповат», и он переписал весь роман по-своему. Тетя Петунья там вышла замуж за оксфордского профессора, и он воспитывает юного Гарри, обучая его с детства логике, когнитивной психологии и квантовой физике.

Роман интересный, но вернемся к дружбе. В этой неглупой и смешной книге я нашел удивительно точное определение базового условия дружбы. И я хочу поделиться им с вами.

В романе Юдковского Гарри Поттер знакомится с Драко Малфоем на платформе 9 3/4, и они пытаются подружиться. Драко рассказывает Гарри очень личный момент из своей жизни, когда отец сидел рядом с ним в больнице и держал его за руку. «Зачем ты мне это рассказываешь?» – спрашивает Гарри, и Драко отвечает: «Один из моих преподавателей говорил, что между людьми возникает близкая дружба, когда они знают друг о друге что-то личное. И у многих людей нет близких друзей, потому что им слишком неловко делиться чем-то действительно важным и личным».

Я долго думал над этой фразой и должен согласиться: одно из основных условий дружбы – это способность рассказать другому человеку то, что по-настоящему волнует тебя. Мы все знаем, что с друзьями можно быть «самим собой» и не нужно «никого из себя строить». Факт? Факт.

Остается только запомнить, что, для того чтобы завести себе новых друзей, нужно тоже быть «самим собой», «никого из себя не строить» и не бояться рассказать другим что-то очень личное. Вернее, бояться, но все равно рассказывать. И рано или поздно все получится.

## Убийство любовью

Первая глава первой книги Джоан Роулинг о Гарри Поттере «Гарри Поттер и философский камень» называется «Мальчик, который выжил». Вы, конечно, уже знаете, о чем идет речь. Но на самом деле Гарри Поттер выжил не один раз, а дважды. Первый раз он выжил в возрасте года с небольшим после смертельного заклятия Волян-де-Морта. Это было не трудно, потому что его защитила ценой своей жизни его мама Лили Поттер. Второй раз он выжил, живя среди «нормальных людей» – Дурслей. Это было труднее.

Почему труднее? Рассказываю. В той же первой главе мы впервые знакомимся с профессором Альбусом Дамблдором, который прибыл на Тисовую улицу, чтобы передать осиротевшего Гарри его тете и дяде – единственным родственникам, которые у него остались. Тогда же мы знакомимся с профессором МакГонагалл, которая, превратившись в кошку, наблюдала весь день с забора за самыми нормальными людьми в мире Дурслями. И МакГонагалл в ужасе спрашивает Дамблдора, на самом ли деле он собирается оставить Гарри этим ужасным людям. Ужас заключался в том, что профессор МакГонагалл видела, как тетя Петунья везла своего сына Дадли в коляске, а тот орал, пинал ее ногами и требовал конфету.

«Для Гарри это лучшее место», – твердо отвечает Дамбл-

дор.

Профессор МакГонагалл убеждает Дамблдора, что эти нормальные люди никогда не поймут Гарри Поттера, что он будет знаменит, о нем напишут книги, каждый ребенок будет знать его имя. Как можно оставлять его тут?

«Совершенно верно», – спокойно отвечает мудрый Дамблдор, и одного этого будет достаточно, чтобы вскружить голову любому мальчику. У меня есть коллекция из нескольких любимых фраз, которые я где-то услышал, где-то прочитал, может быть, сам придумал. И одна из них звучит следующим образом: «Только дети, которые сильно недополучили чего-то в своем детстве, способны добиться чего-то в своей жизни». Я всегда вспоминаю ее, когда думаю о мудром решении Дамблдора.

Гарри Поттер все детство жил под лестницей, носил обноски двоюродного брата, никогда не отмечал свой день рождения. Хотя его воспитание не было жестоким, но оно было пренебрежительным. Отношение Дурслей к Гарри было полной противоположностью их отношения к родному сыну Дадли. Мы понимаем это буквально с первых страниц. Дадли отмечает свой день рождения. Стол на кухне завален подарками для него. Тридцать шесть подарков. Но Дадли вместо радости устраивает скандал из-за того, что подарков на два меньше, чем в прошлом году. И далее мой любимый момент. Гарри, заметив, что с Дадли вот-вот приключится очередной приступ ярости, начал спешно доедать завтрак,

опасаясь, что Дадли перевернет стол. Это еще один замечательный пример негативного мышления, которое всегда помогает выжить в трудной ситуации за счет способности просчитать худший вариант развития событий и заранее подготовиться к нему.

Все следующие пять лет учебы Гарри в школе Хогвартс, когда он возвращается на лето в семью Дурслей, ситуация сильно не меняется. Еще большее неприятие Гарри за счет его очевидной принадлежности к миру волшебников уравновешивается страхом перед его способностью использовать магию, но пренебрежение и отторжение сохраняются. Равно как сохраняется безумное слепое обожание своего родного сына Дадли. И это дорого ему стоило.

Когда пятнадцать лет спустя Дамблдор вновь появляется на Тисовой улице, чтобы забрать с собой Гарри, он сообщает Дурслям что Волан-де-Морт вернулся, волшебное сообщество находится в состоянии войны и Гарри находится в еще большей опасности, чем пятнадцать лет назад, когда он оставил его на пороге дома его родных.

Дамблдор говорит, что он оставил Гарри пятнадцать лет тому назад здесь с надеждой, что они позаботятся о нем, как о своем родном ребенке. Но этого не произошло. «Вы не выполнили мою просьбу. Вы никогда не относились к Гарри, как к сыну. От вас он не видел ничего, кроме пренебрежения, а часто и жестокости», – говорит Дамблдор и дальше добавляет: «Единственное, что радует – он, по крайней мере,

был избавлен от того ужасного вреда, который вы нанесли несчастному мальчику, что сидит сейчас между вами».

Тетя Петунья и дядя Вернон даже не поняли, что речь идет о Дадли, который сидел между ними, и начали оглядываться вокруг. «Мы причинили вред Дадлику?» – спрашивает дядя Вернон, поняв, что речь идет об их родном сыне, но так и не поняв, что имеет в виду Дамблдор. Они этого так никогда и не смогли понять. Все как в жизни.

Однажды по просьбе общества анонимных алкоголиков и наркоманов я читал лекцию для созависимых родителей детей и подростков, зависимых от различных психоактивных веществ. Я мягко, аккуратно, тактично старался донести мысль, что поскольку факт зависимости у близких им людей уже случился, и по разным причинам они не смогли это предотвратить, то в их интересах и интересах детей лучше теперь дать возможность поработать с проблемами их детей другим людям. А родителям лучше поработать над собой.

Финал лекции был не очень хорошим. Многие родители после лекции подходили к организаторам и с выражением лица дяди Вернона и тети Петуньи спрашивали: «Нам показалось или ваш „уважаемый“ специалист на самом деле считает, что мы имеем какое-то отношение к проблеме зависимости наших детей. Нам кажется, что лектор совершенно не разбирается в проблеме».

Я могу бесконечно рассказывать вам, во что превращают своей безумной любовью родители своих детей. Но расскажу

только пару примеров. Однажды ко мне на прием женщина привела своего сына. Прежде чем дать мне возможность поговорить с ним, женщина долго рассказывала какой он хороший мальчик, какой чудесный рисунок он нарисовал ей в подарок, когда ему было четыре года, и что она носит этот рисунок с собой в портмоне, и как она безумно любит своего сына.

Сейчас мальчику четырнадцать лет, он принимает героин, не учится и ворует у нее деньги. Понятно, что все это потому, что он общается с плохими мальчиками, которые учат его плохим вещам. Поэтому мне нужно срочно поговорить с ним и сказать ему, что нужно слушать маму, которая его очень любит.

Потом зашел сын. Он сел на диван, скептически осмотрел кабинет и меня и спросил:

– Доктор, а правда, что Вы будете работать на меня и что бы я Вам ни сказал, Вы ничего не расскажете матери?

– Правда, – ответил я.

– О, круто, – сказал парень. – Тогда у меня к Вам деловое предложение. У матери много денег, а она их «жмет», давайте вместе придумаем как ее «того» и деньги пополам?

– Не возьмусь, – сказал я.

– Жаль, – ответил парень, и они втроем ушли: влюбленная сумасшедшая мать, детский рисунок в ее портмоне и ее сын – наркоман и потенциальный убийца.

Вторая история про папу. Папа, влюбленный в своего

единственного сына, балующий его с детства, был большим начальником и руководил сотнями людей. Но это не мешало ему прятаться от сына-подростка за креслом в углу, когда тот с ножом вымогал у него деньги на наркотики. «Не дашь деньги, я сейчас выйду в подъезд и буду орать, что у тебя сын наркоман». Подъезд был элитный и допустить этого было никак нельзя, поэтому деньги давались. А мне папа объяснял, что наркомания – это такая болезнь, как сахарный диабет, и как больному сахарным диабетом нужен инсулин, так его сыну нужны наркотики. Такая логика.

Прожил папа с такой философией недолго. Вскоре они с женой сели в машину, разогнались по трассе до двухсот километров и на ровном месте врезались в столб. В науке такое поведение называется «автоцид». Папы с мамой одновременно не стало. Этому второму парню «повезло» больше, чем первому.

Правда, первый тоже не промах. Со слов общих знакомых, он научился вымогать у мамы деньги, угрожая поехать воевать в Сирию на стороне запрещенной в России организации. Мама отдала все деньги, а потом однажды зашла ко мне и сказала, что иногда ей приходит в голову страшная мысль: а может отпустить его, похоронить один раз и уже не мучиться. Моя мысль о том, что никуда он не поедет, конечно, отклика не нашла, потому что «я плохо его знаю» и «даже представить себе не могу, какой ее мальчик волевой и упрямый человек».

Родительская любовь, как радиация: в малых дозах стимулирует, а в больших порождает мутантов.

## О тех, кто несет нас на руках

Одна из самых трагических фигур романа Джоан Роулинг – Северус Снейп. Многие читатели и читательницы называют его своим самым любимым персонажем. Я их понимаю. Гарри Поттер, как известно, назвал в честь Северуса Снейпа своего сына и сказал ему в конце книги: «Альбус Северус, ты был назван в честь двух директоров Хогвартса. Один из них был слизеринцем и, возможно, он был самым смелым человеком, которого я когда-либо знал».

Начиная с самого первого знакомства, когда в церемониальном зале Гарри кажется, что его шрам пронзила острая боль, потому что на него посмотрел Снейп (на самом деле профессор Квиррелл повернулся к нему затылком со спрятым там Волан-де-Мортом), с момента, когда Гермионе кажется, что Снейп заколдовывал метлу Гарри, а на самом деле он пытался спасти его от заклинаний профессора Квиррелла, до последнего трагического эпизода, когда Снейп убивает на глазах у Гарри профессора Дамблдора, читатели вместе с главными героями тихо и громко ненавидят Северуса Снейпа, желая только одного, чтобы Гарри побыстрее его убил и желательно медленно и мучительно.

И было поразительно всем в конце книги узнать, что профессор Северус Снейп, который не сумел сберечь мать Гарри – женщину, которую любил, поклялся всю жизнь тайно

защищать ее сына. Но перед этим он взял с Дамблдора обещание, что никто и никогда, особенно Гарри, не узнает эту тайну, и Дамблдор обещал ему никогда и никому не раскрывать то лучшее, что есть в Северусе.

Одна из самых красивых легенд или притч, которые я слышал в своей жизни, повествует о том, как один человек, прожив долгую и достойную жизнь, умер и попал на небо. Там его встретил ангел-хранитель, обнял и сказал, что, прежде чем навсегда увести в царство света и красоты, он хотел бы дать возможность человеку увидеть с высоты небес всю его жизнь. Человек увидел последовательно все события своей жизни, которые разворачивались перед его глазами, весь свой жизненный путь, по которому всегда рядом шли две цепочки следов: его и его ангела-хранителя. Но вдруг лицо человека омрачилось, он повернулся к ангелу-хранителю и спросил: «Скажи, а почему в самые трудные минуты жизни, когда мне было невыносимо тяжело, на дороге моей жизни остается только одна цепочка следов? Почему ты оставлял меня?». Ангел-хранитель печально взглянул на него и ответил: «Глупый, в эти моменты я просто нес тебя на руках».

Вроде бы Джоан Роулинг не говорит нам – взрослым людям – ничего нового. Мы знаем жизнь. Мы знаем, что не все, кто улыбается нам, не держат за спиной кинжала, не все, кто причиняет нам боль, хотят нам зла – часто наоборот. Но дети и подростки таким знанием жизни не обладают. И судя по тому, что Северус Снейп является одним из любимейших

персонажей огромного числа фанатов, его история дала ответы на многие вопросы многим людям.

Кстати, вспомните два культовых фильма: «Один дома – 1» и «Один дома – 2». В обеих частях Колин Маккалоу и зрители получают ту же самую прививку: страшный сосед в первой части и сумасшедшая женщина с голубями в парке оказываются при ближайшем рассмотрении вовсе не страшными, а очень даже хорошими людьми. Только немного несчастными.

Никогда не спешите судить о людях. История с Северусом Снейпом – замечательная иллюстрация к этому правилу.

## Немного о Гермионе и жене

Гарри Поттер, Рон и Гермиона не очень дружили в самом начале книги. Гермиона постоянно боссила. Указывала Рону, что у него грязь под носом. Кому это будет приятно? Мешала их приключениям. Обещала пожаловаться Перси и профессору МакГонагалл. Рон считал, что Гермиона – настоящий кошмар, и не удивительно, что ее никто не выносит. Однако в жизни бывают ситуации, пройдя которые вместе, вы не можете не проникнуться друг к другу симпатией.

Много лет тому назад в конце 1990-х годов я зарабатывал деньги, «откапывая» наркоманов и алкоголиков на дому. Не такие хорошие деньги, конечно, как когда я работал сторожем в зоопарке, горгазе и гараже главного корпуса медакадемии ночь через две по кругу. Плюс всегда было место, где поспать.

«Откапывание» наркоманов – это, кстати, не когда ты его лопатой во дворе откапываешь, а когда ты ставишь ему уклы и капельницы, чтобы облегчить «ломку».

Для этой работы была нужна медсестра, потому что попасть в вену наркоману не каждый врач сможет. Я не всегда мог. За сутки работы я платил медсестре почти ее месячную зарплату. На одного наркомана уходило пять суток. Работа заключалась в том, чтобы три раза в сутки приехать вместе к черту на кулички на такси, «вколотся», «откапать», «вы-

колоться», получить деньги, поесть, поспать.

Скажите, сколько бы дней вы работали при таких условиях? Меня всегда это так удивляло. Вроде бы все медсестры на работе сидели с нами в курилке и жаловались на нехватку денег. Так работай пять дней подряд и получи зарплату за полгода. Но нет, максимум пару дней, а потом: «Ой, мы устали, ой, домой хочется, ой, сегодня не могу». А менять медсестру на наркомане сложно, потому что нужно заново искать вены, что любовь родственников и сумму оплаты не повышает.

И в нашем психотерапевтическом отделении была только одна медсестра, медсестра экстра-класса, медсестра, которая могла поставить ночью капельницу в вену большого пальца ноги, единственная медсестра, которая могла работать пять суток подряд, которая могла работать десять суток подряд и, если два наркомана, которая могла работать с двумя наркоманами одновременно и выезжать по шесть раз в сутки к черту на кулички. Потом она аккуратно складывала деньги себе в кармашек и покупала на них всякие мелочи, которые любят все девушки.

«Откапывали» мы однажды одного бригадира. Что такое «откапывать» вы уже знаете, а «бригадир» – это не совсем начальник бригады строителей, а совсем начальник бригады грабителей.

Подходил к концу последний, не самый утомительный пятый день снятия ломки. Бригадир почти ожил, командовал с

кровати подчиненными и собирался с утра куда-то на стрелку в область взимать дань. Поэтому он попросил нас поставить ему что-нибудь жизнеутверждающее, чтобы с утра чувствовать себя «огурцом».

Я сказал Оле набрать глюкозы и добавить туда две «витамишки», имея в виду аскорбиновую кислоту (витамин С). Оля набирает шприц, вкалывается и внутривенно струйно вводит бригадиру смесь. Выкалывается. Бригадир довольно крикает, улыбается, говорит «Хорошо-то как» и падает набок без сознания.

– Что мы ввели? – бледно интересуюсь я.

– Как ты и сказал, глюкозу и две ампулы аминазина.

– Понятно, – говорю я.

Понятно – это потому, что на психиатрическом языке аминазин (нейролептик мощного успокаивающего действия) называется «Витамин А». Я сказал поставить две «витамишки», Оля и поставила две ампулы аминазина по 50 миллиграммов внутривенно струйно. Такая доза свалила бы не только бригадира, но и смотрящего по Уралу, Сибири и Дальнему Востоку.

Мы подождали полчаса, чтобы не было угнетения дыхания, и поехали грустно на работу. Последнюю ночь в своей жизни мы провели так, чтобы было что вспомнить на том свете. Утром на рассвете я сказал:

– Может быть, ты не поедешь. Я один съезжу.

– Нет, – сказала Оля, – работали вместе и умирать будем

вместе.

Приехали. Бригадир, к счастью, уже немного оклемался и удивленно, еле ворочая языком, спросил, что это было. Я честно ему сказал, что это была врачебная ошибка, мы ввели не тот препарат. «Да, доктор, нехорошо», – медленно и спокойно сказал бригадир. Видимо, аминазин еще действовал. Мы накачали его кофеином, настоящей аскорбиновой кислотой и другими оживляющими средствами и поехали не помню уже куда, но живые.

После таких событий и таких слов ты будешь хорошо относиться к человеку всю оставшуюся жизнь. Помните, как в первой части «Гарри Поттер и философский камень» в канун Хэллоуина Гарри и Рон спасли Гермиону от страшного огромного тролля в женском туалете с помощью смелости и заклятия Вингардиум Левиоса. Как мудро написала после этого эпизода Джоан Роулинг: «There are some things you can't share without ending up liking each other» («Есть некоторые события, пережив которые вместе, вы не сможете в итоге не проникнуться симпатией друг к другу»).

Гарри, Рон и Гермиона прониклись. Я тоже.

– Доктор, как долго Вы добивались свою жену?

– С чего вы взяли, что я добился? Я работаю над этим.

# Спасение Клювокрыла

Когда я перечитываю небольшой эпизод со спасением гиппогрифа в третьей части «Гарри Поттер и узник Азкабана», всегда вспоминаю похожий случай времен моей работы в психотерапевтической клинике.

Если вы помните, в эпизоде со спасением Клювокрыла (так звали гиппогрифа) Гарри и Гермионе нужно было за 60 секунд, пока идет подписание формальных документов в хижине Хагрида, успеть отвязать бедного приговоренного к смерти гиппогрифа и увести его с собой в лес. Гиппогриф не понимает, что происходит, и, естественно, упирается. Гарри с Гермионой с ужасом видят, что каждая секунда промедления может стоить невинному животному жизни, и тянут его изо всех сил. В самый последний момент они все успевают спрятаться в лесу. Вопрос жизни и смерти Клювокрыла решился в пределах одной секунды. Гарри и Гермиона чуть с ума не сошли от страха. Как я их понимаю!

Наша ситуация, как я уже сказал, происходила в городском психотерапевтическом центре, который находился в обычной больнице, в четырехэтажном корпусе, где помимо психотерапевтического отделения располагались терапевтическое отделение, физиотерапевтическое отделение, рентгенкабинет и другие «нормальные» медицинские структуры. Нас – психотерапевтов, и наших клиентов – невротиков,

астеников и неврастеников больничное руководство не любило, побаивалось и втайне думало, как бы от нас избавиться.

Каждую неделю в отделении проходил строгий обход во главе с заместителем главного врача по медицинской части (по специальности терапевтом), которая на всех нас (врачей и больных) смотрела равно настороженно, считая не совсем нормальными. Она даже не догадывалась, насколько она была права.

Однажды летом женщина привела мне на консультацию свою молодую беременную дочь. Я знал эту девочку. Она работала регистратором в поликлинике нашей больницы и славилась патологически добрым нравом. Вы себе представляете обычного регистратора в окошке поликлиники? Так вот, наша девушка была настолько добра, что, если кто-то из пожилых людей в регистратуре спрашивал ее, в каком кабинете работает тот или иной врач, она сама зачастую провожала старичков до самого кабинета. Такие ангелы во плоти, как песик Монморанси в «Трое в лодке, не считая собаки», не жильцы на белом свете, и они должны быть вознесены на небеса в сияющей колеснице.

Но этого не произошло. Из регистратуры она уволилась после нервного срыва из-за всех своих переживаний из-за старичков, вышла замуж, забеременела и немного сошла с ума. Муж ей достался по знакомству из приличной семьи, но он все время проводил со своей мамой у нее дома, а когда

жена звонила ему со словами, что ей немного плохо беременной, то муж относил трубку в сторону и спрашивал маму:

– Мама, можно я к жене домой пойду.

– Нет, любимый, не нужно тебе туда ходить. Оставайся с мамой.

– Я не могу, – виновато отвечал жене муж и клал трубку.

Она терпела, терпела и сошла с ума. Основательно. Пока мама мне все это кратко рассказывала, дочь с приличным животиком на 5–6 месяцев беременности молчала и подозрительно топталась на месте, переступая с одной ноги на другую.

– Как у тебя дела? – спросил я.

– Как у тебя дела? – ответила девушка мне.

– Хорошо, – сказал я, – а у тебя?

– А у тебя? – отзеркалила она, ни на минуту не переставая переступать с ноги на ногу.

«Черт, – подумал я, – это же кататоническая симптоматика».

Я встал и попробовал подойти к ней. Она, продолжая переступать с ноги на ногу, стала тихо отодвигаться от меня. Я сел назад в кресло. Она притопала назад и продолжила сосредоточенно топтаться на месте.

– И давно она так?

– Вот уже пару дней, – сказала мать.

«Понятно», – подумал я.

Все было плохо. Кататонический синдром, а именно ка-

татонический ступор – это психотическое состояние. Психотическое состояние требует стационарного лечения в условиях психиатрического стационара. У нас открытое психотерапевтическое отделение. Все двери и окна открыты. Плюс по всем показаниям в подобных случаях полагается прерывание беременности. Но что-то мне интуитивно подсказывало, что весь ее психоз носит реактивный характер и пройдет после родов. Но до родов нужно как-то дожить.

Я позвонил главному психиатру города и спросил, как он относится к сохранению беременности у больных в психотическом состоянии. Главный психиатр относился плохо. Я в этом не сомневался и не виню его за это.

Поэтому я поднялся к нашей волшебной заведующей психотерапевтическим отделением Ирине Викторовне Степановой.

– Так и так, – сказал я, – давай положим, давай не будем губить жизнь девчонке.

– Иди договаривайся с родильным отделением. Договорись – положим. Под твою ответственность.

Я сходил в родильное отделение и рассказал им ситуацию.

– Тяните ее до семи месяцев, а там мы ее «прокесарим», – сказала заведующая.

Затем я нашел палату, в которой лежали самые ответственные больные.

– Бабоньки, – сказал я, – давайте спасем жизнь двум людям.

– Да не вопрос, – ответили женщины, – веди.

И мы ее положили. Она тихонечко лежала в кататоническом ступоре на кровати. Все за ней следили. Так прошла неделя. И тут случился обход, о котором я вам уже говорил, с заместителем главного врача по медицинской части.

Мы все толпой заходим в палату, подходим к моей пациентке.

– А с этой что?

– Спит, – отвечаю я.

– А глаза почему открыты?

– Лекарствами загружена.

– Понятно.

Переходим в другую палату. Заканчиваем осмотр больных, начинаем выходить в коридор, я первый, и в этот момент я вижу жуткую картину. Все женщины в предыдущей палате обрадовались, что пронесло, и умчались курить. Наше кататоническое, беременное и беспризорное чудо встало, «вытопало» из палаты в коридор и, перетаптываясь как зомби (только что руки вперед не выставлены), медленно, как в фильмах ужасов, двигалось по коридору к нам.

– Стоять! – сказал я, остановив всех в дверях, – Ирина Викторовна, вы очень хотели еще рассказать о больной в этой палате. Нужно вернуться.

Ирина Викторовна, мудрая как Дамблдор, поняла с одного моего слова и вида. Все вернулись, а я быстро, как куклу, развернул мою больную на 180 градусов и утянул ее, как

Клювокрыла, назад в палату. Как только мы скрылись в палате, вся процессия снова вышла в коридор. Я вытер пот.

Через несколько недель больная родила с помощью кесарева сечения чудесную девочку. Она вышла из психоза одновременно с выходом из наркоза, обнимала свою дочку и только очень долго не могла понять, как она тут оказалась и почему не помнит последние недели своей жизни. На мужа ей было глубоко плевать. У нее теперь был человек, о котором она могла заботиться.

Я следил за ней несколько лет, и все было хорошо. За исключением мужа. Он как-то через полгода пришел ко мне и спросил, почему его жена не хочет с ним жить? Я сказал ему что-то (не помню – что), но что-то нехорошее.

В сказках и легендах о бессмертии мечтают только удивительные гады и злодеи. Похоже, что и в жизни так же.

# Радость разочарования

Помните сказку Вильгельма Гауфа «Карлик Нос»? Маленький Якоб обидел старуху-колдунью на рынке, она его в наказание заколдовала, и он провел у нее в работниках семь лет. Затем случайно в кладовой у колдуньи он наткнулся на те самые травы, с помощью которых она его заколдовала, и очнулся от чар. Якоб побежал домой к матери, полагая, что проспал пару часов, а на самом деле прошло полных семь лет, он превратился в маленького карлика с длинным носом, и родная мать не узнала его.

Вспомнили? Тогда я задам свой первый вопрос: вы хотели бы провести семь лет своей жизни (или всю жизнь) в состоянии зачарованности, заколдованности, не понимая, что происходит, и кто тебя окружает в реальности, и что ты делаешь, и зачем, и для кого? Не хотели бы? Я вас понимаю.

Тогда у меня второй вопрос: вам когда-нибудь случалось разочаровываться в ком-либо или в чем-либо, и любите ли вы разочаровываться? Случалось? Не любите?

Помните, что сказал в «Гарри Потере» Рон Уизли, который объелся конфет, вызывающих любовное очарование, после того, как профессор зельеварения расколдовал его: «Эти девчонки меня убивают».

Вообще-то, если честно, Рон не прав. Не девчонки, не мальчишки, не мужчины и не женщины, а только лишь наша

очарованность и наше неадекватное восприятие реальности, если и не убивают, то как минимум сильно калечат нас и нашу жизнь.

Часто годами.

И самые прозорливые из вас, возможно, уже догадались, куда я клоню.

Каждый раз, когда мы с вами испытываем разочарование, в этот самый момент мы снимаем с себя некое очарование, некое наваждение, некую околдованность. Разве не так? Так. Плохо это или хорошо? Мы вроде бы уже договорились, что хорошо. Приятно ли это? Нет, неприятно. Но это очень хорошо. Разочарование – это хорошо.

Все знают фразу – чтобы не разочаровываться, не нужно очаровываться. Согласен с ней полностью. Но вот вам мой маленький совет.

Если вы все-таки очаровались кем-то или чем-то, а потом, слава богу, разочаровались, то радуйтесь, радуйтесь, радуйтесь, как бы больно вам в этот момент ни было, потому что только теперь вы вернулись в нормальную, настоящую, реальную, живую жизнь. И она лучше любых наших и не наших грез.

# Рождество в Хогвартсе и брак

Так получилось, что в нашей атеистической семье медиков нет ни одного верующего человека. И так получилось, что наш самый любимый праздник – Рождество. Мы отмечаем первое июля как день, когда до Рождества и Нового года осталось времени меньше, чем прошло с предыдущего. Мы готовим подарки с осени. Мы ставим каждый год настоящую елку и коллекционируем красивые стеклянные рождественские игрушки со всего мира. При этом радость праздника никак не омрачается для нас тем, что мы не верим в того, чей день рождения празднуется в этот день.

Мне кажется, что, как и Рождество, брак медленно, но верно становится старой, доброй и ни к чему не обязывающей традицией. Плохо ли это? С моей точки зрения, – нет. Что плохого в традиции отмечать день рождения, Новый год или Рождество? В книге «Гарри Поттер» никто не верит в Бога, но добрый Хагрид ежегодно тащит по снегу в замок огромную елку и все радостно отмечают Рождество. Гарри и Рон просыпаются в рождественское утро в Хогвартсе и спешат найти под елкой подарки. Распускается омега, и Гарри и Чжоу целуются под ней перед Рождеством – волшебная сказка.

Брак – это тоже сказка, это традиция, это социальный атавизм, доживший до наших дней, равно как и рукопожатие.

Когда-то люди пожимали друг другу руку, чтобы проверить, нет ли в ней оружия. Когда-то люди заключали брак, чтобы юридически зафиксировать факт покупки женщины и оформить согласие вести совместное хозяйство и заботиться об общих детях.

В настоящее время брак в цивилизованных странах из экономической и юридической сферы плавно сместился в сферу психологии и социологии, где он медленно дрейфует из стороны в сторону, наполняя жизнь человека то радостным ожиданием, надеждой и праздником, то жутким разочарованием, напряжением и страданием. Последнее многим не нравится, и они обращаются к психологам за помощью.

«Я хочу выйти за него замуж». «Почему он на мне не женится?» «Как он мог разрушить наш брак?» Подобные вопросы плавают в моем кабинете в море слез подобно Алисе. И как догнать вечно убегающего белого кролика счастливой семейной жизни? Зачем в наши дни в цивилизованных странах люди заключают брак? Зачем они женятся?

Ответ простой – по традиции. Точно так же, как по традиции люди здороваются, носят одежду и совершают массу других необязательных и часто бессмысленных действий. Молодые люди (и девушки, и юноши) мечтают заключить брак, потому что для них это традиционный символ взрослой жизни, символ самостоятельности и состоятельности. Но это всего лишь символ. Брак не делает человека ни взрослым, ни самостоятельным, ни ответственным.

Помимо этого предложение вступить в брак часто используется как дополнительный аргумент в конкурентной борьбе за женщину. И женщинам об этом не следует забывать! Потому что, если мужчине не с кем конкурировать, у него отпадает необходимость использовать дополнительные аргументы! Мужчина заботится о женщине, ухаживает за ней, предугадывает все ее желания, дарит цветы, подарки и помнит про ее день рождения только тогда, когда он не уверен, что женщина полностью принадлежит ему.

Брак – это такой же праздник, как и Рождество. Он очень условен. Он очень традиционен. Это праздник, который мы на сто процентов создаем сами. Сам по себе брак не привносит в жизнь человека ничего: ни счастья, ни спокойствия, ни уверенности в завтрашнем дне. И об этом очень важно помнить. Если вы наивно ждете, что наступление Рождества и Нового года унесет все проблемы, перевернет печальные страницы вашей жизни и наполнит жизнь новым смыслом – вы будете сильно разочарованы. Рождество и Новый год прекрасны ровно настолько, насколько мы сами делаем прекрасными, эти праздники. Не нужно ждать от них того, что они не могут дать. Равным образом и брак сам по себе – это ничто, это фикция, это миф, это сказка, которую мы создаем своими руками, своими сердцами и своими губами.

Не нужно ждать от брака того, что он не может дать, и он никогда не разочарует вас.

# Как быть счастливым

## Бегство Дамблдора

Две с половиной тысячи лет тому назад в Древней Греции мыслил, а следовательно, существовал (*cogito, ergo sum*) философ Аристипп. В молодости он приехал в Грецию на Олимпийские игры, случайно услышал о Сократе и поехал к нему в Афины учиться.

Выучившись, Аристипп стал преподавателем и создал учение гедонизма и свою школу. Это была очень интересная философская школа, актуальная до сих пор. Она учит искусству разумно извлекать из жизни все удовольствие, которое она может нам предоставить. Гедонизм не учит наслаждению любой ценой. Он учит разумному наслаждению, когда любое действие должно приносить человеку больше удовольствия, чем неудовольствия.

Следует признать, что современники недолюбливали Аристиппа. Он был последовательным человеком и не только учил других наслаждаться жизнью, но и сам, точно следуя своему учению, наслаждался жизнью. В этой связи про него говорили и писали много плохого. Но нам интересен лишь один момент.

Среди всего прочего современники долго осуждали Ари-

стиппа за то, что он отказался ехать на похороны своего учителя Сократа. Благородные жители Афин осудили Сократа на добровольную смерть, и он покончил с собой. Аристипп сказал, что смерть Сократа огорчила его, а участие в похоронах огорчило бы еще больше. Тем более что поступок Сократа огорчил его дважды. Хорошо известно, что Сократ мог легко бежать. Многие друзья предлагали ему помощь. У него были и время, и возможности. Но Сократ отказался из идейных соображений. Он считал, что должен подчиняться мнению граждан, даже если граждане не правы. Аристипп не видел в этом никакого смысла. Поэтому, чтобы не расстраивать себя еще больше, на похороны Сократа он не поехал.

Философская школа гедонизма мне очень близка, и я глубоко согласен с Аристиппом: не стоит губить свою жизнь только потому, что большинство решило тебя ее недостойным. И у меня есть очень страшный, но показательный пример.

В середине XX века (много столетий после самоубийства Сократа и жизни Аристиппа) произошла еще одна масштабная трагедия – нацисты уничтожили 60 % еврейского населения Европы, треть всего еврейского этноса, шесть миллионов евреев.

В этой трагедии меня всегда больше всего поражало, огорчало и даже злило то, как погибло большинство этих людей. Нацисты последовательно занимали европейские города, деревни и объявляли, что представители еврейского населе-

ния должны сами определенным образом обозначить себя и явиться на пункт сбора для эвакуации в «места компактного проживания».

Все это практически никогда не происходило одновременно. Информация опережала приход нацистов. У большинства евреев было время бежать. Куда угодно. На 360 градусов. Но люди предпочитали верить и надеяться, что слухи имеют отношение к каким-то отдельным эксцессам и не может быть, чтобы культурные, расчетливые, прагматичные немцы просто так уничтожали бесплатную рабочую силу.

И все вместе с детьми, родителями шли в обозначенные места сбора, откуда в лучшем случае их увозили в гетто или концентрационные лагеря (для дальнейшего уничтожения), а в худшем – до ближайшего оврага. И я всегда думал: как же так!

И лишь несколько лет тому назад я узнал, что были люди, которые в подобной ситуации не стали надеяться и верить. Они просто бежали. Моя мысль нашла свое подтверждение. В августе 2003 года в Соединенных Штатах вышла книга «Братья Бельские» журналиста Питера Даффи с подзаголовком «Правдивая история трех человек, которые победили нацистов, спасли 1200 евреев и построили деревню в лесу». Три брата (Тувья, Асаел и Зусь) спасли столько же евреев, сколько всемирно известный Оскар Шиндлер. О подвиге братьев Бельских в 2008 году режиссер Эдвард Цвик снял фильм «Вызов» с Дэниелом Крейгом в главной роли.

Старший брат Тувья говорил бежавшим с ним узникам гетто: «Друзья, я ничего не могу вам гарантировать. Мы пытаемся выжить, но мы все можем погибнуть. И мы будем стараться сохранить как можно больше жизней. Мы принимаем всех и никому не отказываем, ни старикам, ни детям, ни женщинам. Нас подстерегает множество опасностей, но если нам суждено будет умереть, мы, по крайней мере, умрем как люди».

Отряд братьев Бельских все годы войны просуществовал в глубинах белорусских лесов, помогал партизанам и боролся с нацистами. И в июле 1944-го после освобождения территории советскими войсками деревенские жители с удивлением увидели, как из глубины белорусской пуши выходят растянувшиеся почти на километр евреи Тувьи Бельского.

После войны Тувья работал водителем грузовика в Бруклине. Незадолго до его смерти спасенные им люди сняли шикарный банкетный зал в отеле «Хилтон» в Нью-Йорке, и когда 80-летний Тувья вошел в зал, 600 человек встали и встретили его громом аплодисментов. Один за другим люди поднимались на подиум и рассказывали о героических делах Тувьи.

Умер Тувья в декабре 1986 года. Сначала его похоронили на еврейском кладбище в Лонг-Айленде, но через год он был перезахоронен с воинскими почестями в Иерусалиме на кладбище, где покоятся самые известные герои еврейского Сопротивления.

А какое отношение все эти далекие и печальные события имеют к «Гарри Поттеру»? Рассказываю. В пятом томе «Гарри Поттер и Орден Феникса», если вы помните, появляется такой персонаж, как профессор Долорес Амбридж, которая заняла место учителя защиты от темных сил. Ученики быстро убедились, что она не собирается учить их реальной борьбе с темной магией. После серии бесполезных конфликтов Гермиона предложила ученикам организовать обучение защите от темных сил самим. Был создан «Отряд Дамблдора». Гарри стал его лидером и главным учителем. После приказа генерального инспектора профессора Амбридж о запрете всех ученических организаций, обществ, команд, кружков и клубов отряд перешел на нелегальное положение.

В главе 27 профессор Амбридж с помощниками-слизеринцами выслеживает и отлавливает многих членов «Отряда Дамблдора» и приводит их в кабинет к Дамблдору. Там уже находится министр магии Фадж. Дамблдор берет всю ответственность на себя. Министр магии счастлив. Он собирается отправить Дамблдора под конвоем в Министерство, где ему будет предъявлено обвинение, а суда он будет дожидаться в Азкабане.

Как поступил в этом случае Дамблдор? Отправился ли он в Азкабан дожидаться суда? Нет. Он огорчил министра магии тем, что есть «небольшое затруднение», что он не собирается добровольно, так сказать, «по-хорошему» отправляться в Азкабан. Он предпочитает провести свое время с

большей пользой. Временно оглушив министерских работников, Дамблдор попрощался с ребятами и исчез до лучших времен.

Дальнейшее развитие событий показало, что он был прав. Прав был и Сократ. Время показало, что то, чему он «научал других», имеет непреходящую ценность для человечества, а тех афинян, которые приговорили его к смерти, никто и не вспомнил бы, если бы не их причастность к этому событию. Выиграл ли от этого Сократ? Сложно сказать. Выиграли ли от этого мы? Очевидно, что нет. Сколько всего еще мог бы сказать мудрый Сократ, а его ученики могли бы все это передать нам.

Поэтому мой совет прост. Общество, большинство не всегда правы. Поэтому, если вы считаете себя правыми, если вы уверены в этом, бегите, не ждите, когда общество разделается с вами.

Знаете старый анекдот времен нацистской Германии? Когда нацисты забирали коммунистов, я молчал. Когда они забирали гомосексуалистов, я молчал. Когда они забирали «Свидетелей Иеговы», я молчал. Когда они пришли за мной, я кричал, но уже никто не ответил.

Не нужно молчать, ждать и потом кричать. Бежать нужно было. И коммунистам, и гомосексуалистам, и «Свидетелям Иеговы».

# Как не переживать о том, что окружающие думают о тебе

Мне кажется, что лучший способ не переживать о том, что окружающие думают о тебе, это сразу допустить худший вариант из всех возможных: думают очень плохо. Потом понять, что вы ничего не можете с этим сделать (люди имеют право думать и говорить о тебе все что угодно), и перестать переживать по этому поводу.

Да, окружающие не только думают о том, что вы старая, страшная, неумная истеричка, но и еще намного хуже. Вы не можете запретить им это думать. О чем вам переживать? Вы старая, страшная, неумная истеричка? Нет. Не такая уж старая. Вот и расслабьтесь.

Один мой клиент через три года работы спросил меня: «Юрий Робертович, а можно задать вам вопрос?», «Можно». «А вы не обидитесь?» «Не знаю». «А правда ли, мне рассказывали, что вы настолько хороший психотерапевт, что когда работаете с клиентом с нетрадиционной сексуальной ориентацией, вы ему во время сеанса оказываете сексуальные услуги, чтобы хоть как-то помочь человеку».

Я смеялся. «Слушай, – сказал я ему, – мы три года работаем, ты три года каждый сеанс смотришь на меня и думаешь об этом?» «Ну почему же каждый? Не каждый», – покраснел клиент и тоже посмеялся.

Друг мне рассказал, что его знакомая, которая не знает, что он со мной дружит и мы знаем друг друга сто лет, поведала ему, как она была у меня на консультации и я «грязно приставал к ней и домогался, но она стойко мне отказала».

Мы смеялись. Поэтому смейтесь и вы, когда услышите, что на самом деле окружающие думают о вас. Но не забывайте: чтобы смеяться, вы всегда должны быть готовы к тому, что окружающие думают о вас всякую гадость.

Помните, как в четвертой части саги про Гарри Поттера журналистка Рита Скитер написала клеветническую статью про Хагрида, назвав его «кровожадным, жестоким монстром, запугивающим своих учеников на уроках». Хагрид, узнав об этом, закрылся в своей хижине, впал в депрессию и написал заявление об увольнении с должности учителя. Его друзья Гарри, Рон и Гермиона пришли поддержать Хагрида и случайно застали там директора школы Дамблдора. Директор убеждал Хагрида, что не все люди верят тому, что написала Рита Скитер и что с тех пор, как он сам стал директором Хогвартса, не проходило и недели, чтобы кто-нибудь не прислал ему обвинительное письмо, в котором выражал несогласие с его действиями. «И что, – сказал Дамблдор, – мне тоже забаррикадироваться в своем кабинете и ни с кем не разговаривать? Если ты, Хагрид, жаждешь вселенской популярности, тебе долго придется просидеть в своей хижине», – сказал ему мудрый Дамблдор.

Не ждите вселенской популярности и вы. Не будет

ее. Часть людей всегда будут думать про вас самые гнусные гадости по одной простой причине: они не представляют себе, как люди могут жить по-другому, нежели они. Не стоит закрывать двери своего дома для друзей только потому, что про вас сказали какую-то гадость ваши враги.

Чтобы окончательно убедить вас, позвольте мне привести часть высказываний, которые были написаны в мой адрес после всего лишь одной небольшой статьи. В статье шла речь о том, что моя клиентка, которая не испытывала особого удовольствия от занятий сексом со своим мужем, придумала брать с него за это деньги. Мы с ней посмеялись над этой идеей. Она попробовала. Муж согласился. И ей настолько это понравилось, что со временем она стала получать удовольствие даже без денег. Муж был счастлив. Я рассказал эту историю как казуистическую, забавную и никак не ожидал той реакции, которую получил. Более полутора тысяч комментариев. Я даже попросил своих учеников, чтобы они проявили научный подход и систематизировали все комментарии.

Итак, я – «психолог-сутенер» (семь раз), «психолог-проститутор», «психолом», «психолух», «псевдопсихолух», «называет себя психологом, а сам не лечится», «отобрать лицензию» (пять раз), «вам нужен супервизор» (пять раз), «садист» (четыре раза), «неэтичен для психолога» (тоже четыре раза), «самому пора к терапевту» (три раза), «моральный урод» (три раза), просто «урод» (два раза), «насильник» (три

раза), «маразматик», «фантазер», «нарцисс», «тупой», «мерзавец», «абыюзер», «вы не только женоненавистник, ваши советы унизительны и для мужчин тоже», «я в ужасе и как клинический психолог, и как женщина», «ничего психотерапевтического здесь нет», «мне его жаль, но больше жаль его пациенток», «советы, конечно, дикие», «полное непонимание функционирования женской физиологии и сексологии», «каждому психологу нужен свой психолог, здесь же просто бригада необходима», «сочувствую вашим пациентам, если они есть вообще», «классический насильник, самый больной на голову», «вы позорите свою профессию», «жесть какая», «он непрофессионален», «больной человек».

Мне лично кажется, что в этих комментариях прекрасно все. И стиль, и чувства. Вот она – настоящая народная любовь. Поэтому, когда вам будет казаться, что о вас кто-то где-то плохо думает или не любит, вспоминайте Дамблдора, Хагрида и то, что я здесь написал, и мы будем вместе смеяться.

# Антидепрессивный шоколад

Вы слышали, что шоколад содержит особые антидепрессивные вещества, положительно воздействующие на наше настроение? И что шоколад можно использовать как своеобразный антидепрессант? Именно шоколад в «Гарри Поттере» является универсальным средством для борьбы с безнадежностью и депрессией, которую вызывают ужасные дементоры.

«Съешь шоколадку, легче будет», – говорит профессор Люпин Гарри сразу после его встречи с дементорами в купе поезда в третьей книге. И Гарри вправду сразу же почувствовал себя лучше. Позже мадам Помффри, узнав, что профессор Люпин дал Гарри плитку шоколада после встречи с дементорами, одобрительно замечает, что наконец-то в Хогвартсе появился преподаватель защиты от темных сил, который знает свое дело.

Словом, не случайно Джоан Роулинг наделила именно шоколад особыми целительными свойствами от тоски, отчаяния и депрессии, которую несут с собой дементоры. Но, к сожалению, не так давно ученые выяснили, что как антидепрессант шоколад может действовать только в романе про юных волшебников. В реальной жизни это невозможно.

Нет, в реальной жизни тоже можно получить эффект от особых веществ, которые содержатся в шоколаде и которые,

воздействуя в головном мозге на гормоны счастья, вызывают кратковременное поднятие настроения. Но вот проблема: чтобы получить лишь кратковременный разовый эффект от этих веществ, придется съесть примерно грузовик шоколада. А я авторитетно заявляю: съеденный грузовик шоколада крайне отрицательно скажется на вашем здоровье и настроении.

# 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.