

Современная
психотерапия

Александр Бадхен

Лирическая философия психотерапии



COGITO
CENTRE
NT

Современная психотерапия (Когито-Центр)

Александр Бадхен

**Лирическая философия
психотерапии**

«Когито-Центр»

2014

УДК 159.9
ББК 88

Бадхен А. А.

Лирическая философия психотерапии / А. А. Бадхен — «Когито-Центр», 2014 — (Современная психотерапия (Когито-Центр))

ISBN 978-5-89353-414-6

Автор вводит читателя в лабораторию помогающих отношений. В центре внимания вопросы о ценностях и смысле отношений, времени и пространствах человеческой жизни, природе человеческого Я. Книга посвящена исследованию факторов, на которые следует ориентироваться в терапевтической работе, способностей, которые следует в себе развивать специалистам. Текст иллюстрирован конкретными примерами – протоколами подлинных терапевтических сессий с клиентами. Комментарии автора помогают наблюдать терапевтический процесс изнутри, у читателя появляется возможность увидеть моменты внутренней трансформации, терапевтические сдвиги, благодаря которым восстанавливается целостность бытия.

УДК 159.9

ББК 88

ISBN 978-5-89353-414-6

© Бадхен А. А., 2014
© Когито-Центр, 2014

Содержание

Введение	6
Часть первая	9
История идеи	9
Обучение	14
Америка	17
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Александр Бадхен

Лирическая философия психотерапии



© Когито-Центр, 2014

Введение

Изменения лежат в самом сердце психотерапии, можно сказать, что психотерапия – это практика внутренних изменений. И сама эта дисциплина тоже изменяется. Почти за полтора века ее существования в ней постоянно возникают новые методы, подходы. И дело не только во внутрицеховом развитии психотерапии как отрасли, как ремесла. Сам культурный контекст изменился: к середине XX века психотерапия вышла за пределы узкопрофессиональной сферы и стала частью современной культуры. Ее применение больше не ограничивается больными людьми. Психотерапия стала тем, на что, собственно, всегда указывала этимология этого слова, восходящего к двум греческим корням – *psyche*, что значит «душа», и *theraps, therapon* – «слуга», «ухаживающий», «заботящийся». Таким образом, «психотерапия» – это забота о душе, а психотерапевт – слуга души. Знаменитый американский психотерапевт Милтон Эриксон когда-то в шутку определил психотерапию следующим образом: «Два человека сидят в одной комнате и разговаривают, пытаясь понять, какого черта одному из них нужно?»¹. Остроумно, но сразу возникает вопрос: кого именно он имел в виду под «одним из них»? Скорее всего, он подразумевал клиента. А как тогда быть со «вторым», с психотерапевтом? Ему ведь тоже «что-то нужно», и в психотерапевтический процесс включены они оба. И разве то, «что нужно» психотерапевту, может не влиять на происходящее в этих отношениях? Вопрос, конечно, риторический, поскольку ответ на него очевиден. По-настоящему интересным является то, *в чем* состоит это влияние, *как* оно осуществляется и *как* с этим быть. На эту тему есть множество замечательных работ, и я здесь не ставлю задачу их анализа или критики. Меня интересуют общие аспекты, в определенном смысле базовые факторы помогающих отношений, некоторые из них могут представляться внешними, но я постараюсь показать их изнутри в новом преломлении. Я сосредоточусь не столько на доказательствах их влияния, сколько на аспектах их проявления в повседневной практике и путях их развития в процессе подготовки специалистов.

Как и многим практическим психологам и психотерапевтам, мне важно знать собственные профессиональные возможности, сознавать, что для меня допустимо, а что нет и каких результатов от своих действий я могу ожидать. Мне нужно понимать, каким образом я узнаю, что мои действия эффективны, представлять, как поступать, когда я вижу неэффективность собственных усилий. Конечно, на эти вопросы не может быть ответов, данных раз и навсегда. Это «вечные» вопросы, и каждому специалисту приходится решать их для себя снова и снова, но от этого они нисколько не теряют своей значимости. В терапевтическом пространстве ориентиры необходимы, и мне хочется вместе с читателями над этим поразмышлять. Я хочу сосредоточиться на одном из самых существенных, по моему мнению, аспектах терапевтических отношений – *терапевтическом присутствии* в процессе бытия с Другим. Этот фактор как непереносимое условие работы выделяют специалисты самых разных школ и направлений, под каким бы именем его ни описывали, поэтому его можно назвать *трансметодическим*.

«Если объектом изучения является пациент, то можно ли ожидать, что сумма его переживаний даст универсальную общечеловеческую психологию? Здесь будет представлена лишь психология части человечества, а именно тех людей, которые нуждаются в помощи. Психология помощника, терапевта останется за скобками, а ведь эта сторона человеческой природы не менее важна»². Эти слова принадлежат Отто Ранку. Они сказаны давно, но до сих пор не потеряли своей актуальности. Утверждение, что единственным инструментом психотерапевта

¹ De Shazer S. Freud and Erickson Said It All // Journal of Systemic Therapies. N.Y.-London: Spring-Guilford Press, 1994. V. 13. № 1. P. 15.

² Ранк О. Истина и реальность. История человеческой воли // Травма рождения. М.: Аграф, 2004. С. 242.

является он сам от многократного повторения стало почти банальным, однако это действительно так. Благодаря собственной личности, через собственную личность терапевт вовлекается в отношения с клиентом. И это налагает на психотерапевтов и консультантов соответствующие требования: эмоции, конфликты, склонности, предубеждения и страхи собственной жизни терапевта оказывают влияние на жизнь клиента, терапевт берет на себя ответственность за постоянное самонаблюдение, чтобы уменьшить, снизить не прямое влияние собственных проблем на клиента. Личная терапия, медитации, супервизорские группы, семинары – неотъемлемые условия его жизни. В этой книге мне захотелось обратиться к внутренним процессам психотерапевта.

Этот текст никоим образом не является научным исследованием. В его основе лежит желание подготовить обучающий материал для практических психологов и психотерапевтов, и мне бы хотелось, чтобы сама организация текста сделала его похожим на тренинговое пространство с обращением к личному опыту, комментариями и демонстрационными сессиями, чтобы все это вместе позволило увидеть возможности практической реализации обсуждаемых принципов. В тексте я буду использовать термины «психотерапия» (или сокращенно «терапия»), «психологическое консультирование» как синонимы. Правомерно ли это? Я думаю, правомерно, если понимать под ними не образование, а сферу деятельности. У нас в стране эти понятия перепутались. Предаваться здесь малоувлекательному занятию их распутывания я не буду и отошлю интересующихся к подробному обоснованию этого положения³.

В первой части книги я расскажу о пути, большую часть которого прошел вместе с моими коллегами по институту психотерапии и консультирования «Гармония», одним из основателей которого являюсь. Мне очень повезло. За двадцать пять лет существования института мне довелось встретиться со многими замечательными людьми: моими студентами, клиентами, коллегами, участниками конференций и семинаров. Если вы зайдете на сайт института «Гармония»⁴, то сможете подробно ознакомиться с нашими проектами, тренингами и конференциями, и – самое главное – узнать о людях, населяющих «Гармонию», тех, с кем я имею честь и счастье работать.

Но, начиная эту книгу с истории о неочевидном, внутреннем процессе, который я прошел в «Гармонии», я не стремлюсь создать летопись организации, пусть и дорогой для меня. Я описываю свой путь, свои впечатления и изменения, которые пережил благодаря своей работе. Мое видение, конечно, очень субъективно, но думаю, именно в выражении субъективности и есть смысл любых воспоминаний. Кроме того, несмотря на всю субъективность материала, в нем отражается нечто общее – и не только общее для меня и моих друзей и коллег в «Гармонии», но и общие тенденции, свойственные бурному развитию психотерапии в постсоветском пространстве в конце XX-начале XXI века. Дело здесь не в жанре мемуаров как таковом (здесь это лишь форма изложения), а в желании поделиться с читателями своим видением процесса коренных перемен, произошедших в российской практической психологии на рубеже веков. Я, конечно, предлагаю читателю частный случай видения перемен, но все мы знаем, что в частностях отражается общее, которого я и хотел бы коснуться.

Во второй части книги я исследую феномен *терапевтического присутствия* – то, что многие авторы считают важнейшим условием терапевтических отношений (Бьюдженталь⁵, Йоманс⁶). Именно терапевтическое присутствие создает энергетику, благодаря которой отношения в терапии могут быть уподоблены магнитному полю, включающему двоих – клиента и

³ Мастерство психологического консультирования / Под ред. А. Бадхена, А. Родиной. СПб.: Речь, 2006. С. 6.

⁴ Институт психотерапии и консультирования «Гармония». URL: <http://www.inharmony.ru> (дата обращения: 28.09.2013).

⁵ Bugental J. Psychotherapy and the Process (The Fundamentals of an Existential-Humanistic Approach). Addison-Wesley Series in Clinical and Professional Psychology. N. Y., 1978. P. 58.

⁶ Yeomans T. Presence, Power and the Planet. Occasional Note № 1. Concord Institute, 1999. P. 1–2.

терапевта⁷. Благодаря этому полю создается возможность обращения к глубинным, внутренним процессам, протекающим в каждом из нас. Для удобства изложения я выделил несколько базовых терапевтических факторов, которые объединил под общим наименованием «границ присутствия» и попытался их раскрыть. Мне представлялось необходимым сделать различные аспекты феномена присутствия доступными для обсуждения, поскольку именно в них, с моей точки зрения, кроется «химия» исцеляющего взаимодействия. Эти аспекты можно рассматривать как терапевтические инструменты второго порядка, внутренние направляющие принципы, определяющие то, как терапевт смотрит, слушает, как наблюдает за собственными откликами и реакциями, из какого места внутри себя строит предположения и принимает решения. Мне эти моменты представляются очень важными, поскольку именно внутренняя позиция специалиста определяет его внешние терапевтические проявления и непосредственно влияет на качество терапевтических отношений.

Третья часть книги иллюстрирует терапевтическую работу на конкретных примерах: я приведу выдержки из нескольких терапевтических сессий с моими комментариями. Ни один из клиентов, сессии с которыми я решил опубликовать, профессионально не связан с консультированием и психотерапией и не участвовал в психологическом обучении. Перед сессиями с ними не проводилось никакой предварительной подготовки, у меня с ними не было предварительного интервью. Наша первая встреча происходила непосредственно на сессии. Чтобы оказаться в роли клиента, от них требовалось лишь связаться с редакцией журнала *Psychologies* (встречи проводились в рамках проекта журнала) и согласовать с редактором дату и время нашей предстоящей встречи.

Все они дали письменное согласие на публикацию текста сессий. Для соблюдения анонимности в текстах были изменены лишь имена и некоторые личные данные. В публикуемых сессиях есть одна особенность: с каждым из этих клиентов у меня была только одна встреча – первая. И я, и мои клиенты знали об этом заранее. Таковы были условия проекта. Я благодарен редакции *Psychologies* за приглашение к участию в этом проекте. Без этого я бы не решился на организацию и публикацию материалов подобных встреч. Надеюсь, что благодаря этому у читателя появится возможность проследить изнутри процесс терапевтических изменений. В этом смысл их публикации в этой книге.

Наше восприятие мира зависит от того, каковы мы в данный момент. Мы меняемся. Наше видение мира тоже меняется. Книга, лежащая перед вами, – об изменениях.

⁷ Мэй Р. Сила и невинность. М.: Смысл, 2001. С. 101.

Часть первая Становление

..и увидел, что дом и сад, где мы читали стихи, засыпан снегом, он стал меньше; так бывает, когда мы возвращаемся в знакомые места. <...> И обратный путь нам кажется короче. Под горку легче, чем в гору.
О. Памук

История идеи

Несколько раз я начинал учить английский, но вскоре бросал. И дело было не во времени, скорее, в отсутствии стойкой мотивации. Ведь язык – это, прежде всего, общение. Английский – общепризнанный язык международного общения, но с кем мне общаться по-английски в моей стране, живущей за железным занавесом? Английский в СССР во взрослом возрасте начинали учить в основном те, кто собирался эмигрировать. В школе я учил французский, но вскоре его благополучно забыл, поскольку языковой практики у меня не было. Единичные случайные встречи с иностранцами к изучению языков меня не подвигали. Так было до середины 1980-х годов.

Моим основным увлечением была работа. Я работал тогда в наркологическом диспансере и занимался психотерапией. Это было время зарождения групповой терапии в Советском Союзе. До этого времени понятие групповой психотерапии, конечно, тоже существовало, но обычно под этим подразумевались коллективные занятия аутогенной тренировкой или групповые разъясняющие беседы с врачом. Еще практиковались сеансы коллективного гипноза, но называть это групповой психотерапией язык совсем не поворачивается. Впрочем, еще в 1960-х возникла практика клубных встреч: после лекций (например, проводился коллективный сеанс аутогенной тренировки) проходило обсуждение в форме ответов на вопросы, которое завершалось совместным чаепитием. Важное место в этих встречах занимали обсуждения различных проблем, интересующих людей, на них пришедших. В каком-то смысле это можно назвать группами встреч.

К середине 1980-х годов в связи с колоссальным ростом алкоголизма в СССР начал проявляться осторожный интерес к опыту работы Анонимных Алкоголиков, к их программе «12 шагов». Однако идея Бога, пусть даже «как мы его понимаем», принятая Анонимными Алкоголиками, не могла сосуществовать с атеистической пропагандой. Вернее, наоборот: атеистическая пропаганда не могла смириться с подобными идеями. Фраза «Бог, как мы его понимаем» звучит абсурдно в обществе, в котором Бога нет. Тогдашние встречи с приезжающими из США группами Анонимных Алкоголиков (среди которых, кстати, были и психотерапевты и социальные работники) многому нас научили.

Примерно в 1987 году одна из таких групп приехала на экскурсию в наркологическое отделение при Невском машиностроительном заводе, являвшемся частью нашего межрайонного наркологического диспансера. Я был среди тех, кто встречал эту группу. В дневное время все пациенты отделения обычно находились на работе на заводе. Когда группа с сопровождающим ее гидом прибыла в отделение, в нем находился лишь один пациент – только что поступивший немолодой мужчина, которого утром того дня привел милиционер, пригрозивший, что если тот не пойдет «добровольно», его отправят лечиться принудительно. Поскольку у этого мужчины уже был за плечами печальный опыт двухлетнего бессмысленного принудительного «лечения» в лечебно-трудовом профилактории (по существу тюрьме), повторять его

он не хотел и поэтому оказался в наркологической лечебнице. Впрочем, лечился он до этого «добровольно» тоже не раз, эффекта от лечения никогда никакого не было, но все же он согласился – как-никак, здесь были неплохие условия, не тюрьма. В общем выбор он сделал правильный, на его месте так бы поступил, наверно, каждый, большинство так и поступало.

Итак, приехала эта группа, персонал пригласил гостей в своего рода гостиную – большую комнату отдыха со столом посредине, и все мы вокруг него уселись. Приехавшим американцам очень хотелось встретиться с кем-то из советских алкоголиков, но все, кроме этого самого только что поступившего на лечение мужчины, были на заводе. Его пригласили на встречу, и он согласился. За столом он устроился между мной и переводчицей. И вот началась традиционная встреча Анонимных Алкоголиков: «Здравствуйте, я Майкл. Я – алкоголик». Все хором: «Здравствуй, Майкл»... Так продолжалось какое-то время, переводчица переводила, и вдруг этот мужчина (я, к сожалению, не помню его имени) шепотом мне говорит: «Это не алкоголики». «Почему?», – спрашиваю я. «Я по телевизору видел, у них алкоголики в канавах валяются, безработные, а эти, посмотрите, в белых штанах», – ответил он. Хотя говорил он очень тихо, почти шепотом, участники группы заинтересовались его комментарием. Переводчица перевела его слова, и все сразу оживились. Анонимные Алкоголики немедленно развернулись в его сторону и по очереди стали рассказывать о том, кого и по сколько раз увольняли с работы, кто и сколько раз лечился, но что, как мне кажется, потрясло нашего пациента больше всего: несколько человек рассказали, что их арестовывали за пьянство, а один (у него-то как раз и были белые брюки и пиджак) признался, что сидел в тюрьме за хулиганство в пьяном виде. В конце встречи нашему пациенту подарили значки, брошюры и книжки об Анонимных Алкоголиках на английском языке и какие-то мелкие сувениры. И группа уехала.

Я привожу эту историю вот почему: на протяжении нескольких лет примерно раз в полгода этот мужчина приходил за посылками, которые ему на адрес отделения регулярно присылали из Америки Анонимные Алкоголики. В посылках были книги и брошюры об Анонимных Алкоголиках на английском языке. Думаю, английского этот человек не знал, но это не важно. Важно то, что он приходил за посылками всегда трезвым, и, вспоминая ту самую встречу, говорил: «Они специально приехали из-за океана, чтобы помочь мне». Думается, этот эпизод – замечательный пример исцеляющей силы помогающих отношений, которая может проникать всюду, даже через языковые и культурные барьеры. Здесь границ нет.

В те годы мне довелось стать организатором и участником многих встреч российских и американских Анонимных Алкоголиков. Несколько раз после них наши участники делились со мной своими подозрениями, что «эти американцы на самом деле никакие не алкоголики, а агенты ЦРУ». Речь не идет о бредовой подозрительности, обусловленной психотическим расстройством, никакого психоза у этих людей не было. Причины этого феномена лежали в чем-то другом. Возможно, у них вызывал недоверие ухоженный, благополучный внешний вид американских алкоголиков, совершенно не соответствовавший личному опыту наших пациентов, и это несоответствие приводило их в замешательство, требовавшее своего рационального объяснения. А может быть, свою роль в этом играла советская пропаганда, фильмы «про шпионов» и тому подобные вещи. Не думаю, однако, что этими причинами исчерпываются все объяснения. Удивительно, что подозрительность и недоверие к иностранцам сочетались у пациентов с верой во всевозможные «подшивки», «капсулы», «кодирование», «торпеды» и другие приемы волшебного «исцеления». Возможно, причины в том, что живущим в советском мире в самых разных аспектах жизни приходилось рассчитывать только на чудо. Миллионы людей ютились в коммуналках, поскольку квартиру, даже кооперативную, можно было только *получить*, и то практически «чудом». Так же как и некоторые лекарства, дефицитные продукты (сюда входило и то, что сегодня мы привыкли называть предметами первой необходимости, например,

некоторые средства личной гигиены), качественную одежду и обувь, да мало ли что еще. Да и доступ к информации был ограничен и особо контролировался⁸.

В середине 1980-х годов с приходом Горбачева начались бурные перемены в советском обществе. Я, например, даже начал читать газеты. Тогда это было интересно – время начала периода гласности и перестройки, в газетах обсуждались вопросы и писались статьи на такие темы, о которых прежде публично говорить никто бы не решился. Тогда же, в середине 1980-х, началась очередная нелепая и неуклюжая кампания по борьбе с пьянством и алкоголизмом, также нелепо отразившаяся на наркологических учреждениях. Новый главврач нашего наркологического диспансера в своем монологе «о том, какая психотерапия нам нужна» сказал: «Лечить тех больных, которые сами хотят лечиться, каждый дурак может. Наша задача – лечить тех, кто лечиться не хочет». На этом же собрании он оговорился и вместо того, чтобы прочесть свой очередной приказ «об оказании наркологической помощи населению», назвал его приказом «о наказании населения наркологической помощью». И это, естественно, отражало его представления о том, чем мы должны заниматься. С подобной позиции специалист рассматривается как инструмент социального контроля и подавления, а не служения в интересах конкретного обратившегося за помощью человека. Все это в корне расходилось с моим видением того, чем я хочу заниматься, поэтому я решил уйти из диспансера. Решение это было для меня трудным. Во-первых, сама работа мне нравилась, я много вложил в нее. Кроме того, в советское время трудно было надеяться на то, чтобы так просто уволиться, а потом найти новую работу. Но мне не нравилась позиция моего нового начальства, и я понимал, что продолжать заниматься психотерапией просто не смогу. Все усугубляли анонимки и следующие за ними проверки. Проверки не находили нарушений, но нервы мотали, отнимали время, работать становилось все труднее.

Основная причина анонимок заключалась в супервизорской группе. История этой группы такова. Примерно года с 1981–1982 группа молодых ленинградских психологов и психотерапевтов решила организовать что-то вроде постоянно действующей балинтовской группы. Нас было человек 20, мы стремились стать профессионалами, но наши ресурсы были ограничены: мы чувствовали нехватку опыта, страдали от отсутствия литературы. Современная западная психологическая литература тогда на русский язык не переводилась, контакты с коллегами из других стран были исключены. Поэтому мы использовали единственный доступный нам путь – учиться друг у друга. Мы собирались, сначала на квартирах, потом в помещении наркологического диспансера, в котором я был начмедом. Там же работал психологом мой друг и коллега Марк Певзнер, а позже туда перешли работать многие члены этой группы. Наши встречи проходили 1–2 раза в месяц. Мы задерживались после работы, примерно с 8 до 11 вечера и просто обсуждали случаи из собственной практики и те немногие статьи и книги по психологии, которые ходили по рукам в самиздатных копиях, пили чай с сушками и печеньем. В этих встречах было много творческих споров, обмена идеями, просто общения. Встречи продолжались года до 1985–1986. Именно к тому времени стали приходить анонимные письма, адресованные во все возможные инстанции – в райздрав, горздрав, в райком партии, горком партии, и т. д. В ответ на анонимки в нашем диспансере появились нескончаемые комиссии, которые «разбирались» с этими письмами, то есть опрашивали всех сотрудников (около 160 человек!), выясняли, кто к нам ходит, о чем разговаривают и т. п. Особо их интересовал наци-

⁸ Неприятие ответственности за собственную жизнь и поиск внешних врагов взаимосвязаны: «Не всегда сердца чисты: кругом полно врагов <...>, и нужно всегда быть начеку. <...> Это не я отвечаю за собственную жизнь, а враги: их злые глаза портят идеальное устройство моего мира. <...> Привычка так думать обеспечивает привычку так действовать: современные россияне боятся сглаза и порчи и ищут магические тактики защиты, которые и находят на сайтах и в соответствующей литературе. Объяснительная модель становится основой поведенческих стереотипов. Привычки думать и действовать формируют актуальные верования культуры» (Веселова И., Мариничева Ю. «Жаба тебе в рот», «фига в кармане» и другие способы ответить на похвалу // Комплекс Чебурашки, или общество послушания / Сост., общ. ред. И. С. Веселовой. СПб.: Пропповский центр, 2012. С. 51–53).

ональный состав группы. Одного из участников нашей группы, работавшего в другой клинике, вызвал к себе его главврач и сказал, что до него дошла информация, что он посещает «сионистскую группу Бадина». Все это было неприятно. Но некоторое время после этого мы все еще продолжали встречаться. Встречи были открытыми для всех желающих, и с какого-то момента на них стала приходить женщина, незадолго до того присланная работать к нам в диспансер из райисполкома. Она приходила на каждую встречу группы, садилась в уголок поближе к двери, раскрывала свой блокнот и что-то там записывала. Мы приглашали ее присоединиться к нам и сесть в круг. «Ничего-ничего, мне и здесь удобно», – отвечала она. Это выглядело нелепо и смешно. Ситуация, однако, становилась неловкой для участников группы, и через какое-то время наши встречи в диспансере прекратились.

Соглядатайство само по себе меня не удивляло. Но нельзя сказать, что, хотя существование сексотов предполагалось, я к этому привык. Привыкнуть к этому невозможно. В первой половине 1980-х годов один из пациентов донес в КГБ о том, что во время сессии групповой психотерапии, я упомянул имя Фрейда. Все обошлось тем, что из райотдела КГБ позвонили главврачу районного психоневрологического диспансера и попросили «принять соответствующие меры». Главврач ПНД, умный и порядочный человек, вызвал меня и предупредил «чтобы я вел себя осторожнее». Сложность моего положения состояла не только в том, что с этой минуты я не мог чувствовать себя в безопасности. Мы тогда каждый день вели открытые группы, и было совершенно непонятно, где, в какой именно группе это произошло. Кроме того, я не мог не чувствовать, что и все остальные члены групп тоже оказались в опасности – это были люди, доверившиеся нам, не подозревавшие о том, что среди них может быть стукач. Он, вероятно, и на них доносил. А я даже не мог обсуждать с ними сложившуюся ситуацию. Сейчас это звучит дико. Тогда – тоже. Но тогда подобная дикость была в порядке вещей.

Опыт этих лет помог мне увидеть одну важную (на мой взгляд – принципиальную) помеху психотерапии в Советском Союзе: работая в государственном учреждении (а иначе тогда быть не могло), находясь на содержании у государства, психотерапевт в отношениях с пациентом представлял интересы государства. Это являлось не просто парадоксом, но и ставило под сомнение саму возможность построения *терапевтических отношений*. Подтверждение этой мысли я нашел позже у Томаса Саса⁹.

В начале 1990-х годов в университете Тафта в США мне довелось принимать участие в дискуссии на тему «Существовала ли психотерапия в СССР?». Однозначного ответа на этот вопрос у меня не было. Психотерапевты в Союзе, конечно, были, а вот психотерапия как культурный институт отсутствовала. В опубликованной в те же годы книге Дэниел Гоулман¹⁰ приводит слова тибетского учителя Чогиам Трунгпа, который в 1974 году сказал ему: «Буддизм придет на Запад, как психология». Я думаю, что в нашей постсоветской культуре подобную роль фактора перемен возьмет на себя психотерапия. Она может явиться одним из инструментов социальных изменений. Бразильский педагог Паулу Фрейре¹¹ видел в психотерапии политическое средство, ведущее к свободе: по его мнению, психотерапия путем роста осознания помогает людям идентифицировать свою интернализированную угнетенность и, таким образом, является своего рода инструментом для освобождения человека от собственного внутреннего раба.

Рост предполагает жизненность, витальность системы, и, чтобы такая трансформация сознания стала возможной, нежизненная, некрофильная, как мог бы сказать Эрих Фромм¹²,

⁹ Szasz T. S. The Myth of Mental Illness. Foundation of a Theory of Personal Conduct. N. Y.: Delta Publishing Co. Inc., 1961. P. 62–72.

¹⁰ Goleman D. Meditative Mind. The Varieties of Meditative Experiences. Los Angeles; Jeremy P. Tarcher Inc., 1988. P. xxii.

¹¹ Freire P. Pedagogy of the Oppressed. N. Y.: The Continuum Publishing Company, 1993.

¹² Фромм Э. Душа человека. М.: Астрель, 2010.

советская система должна была разрушиться. Что и произошло: подавляющая и пожирающая своих собственных людей миллионами советская система пришла к неизбежному распаду.

Обучение

Чтобы заниматься каким-нибудь ремеслом, нужно найти учителя – это относится и к психотерапии. Наши российские учителя того времени могли нас *заинтересовать* психотерапией, и за это им большое спасибо. Они много знали о психотерапии. Но научить терапевтическому процессу они не могли, поскольку сами этому не учились. Не у кого было. С начала 1930-х до середины 1960-х годов психологию в СССР не преподавали, она была «лженаукой». Мосты, по которым передаются знания и опыт от одного поколения специалистов к следующему, были уничтожены в 1930-е, 1940-е и 1950-е годы вместе с самими специалистами, носителями этих знаний и опыта.

В 1986 году на волне движения гражданской дипломатии в СССР приехал Карл Роджерс, годом позже – Вирджиния Сатир. Они работали с группами, читали лекции, проводили демонстрационные сессии. На призывы движения гражданской дипломатии откликнулись тысячи специалистов помогающих профессий из разных стран мира, прежде всего, из США. Начали завязываться контакты, дружеские отношения. Появилась возможность читать современные книги по психотерапии. Знание английского языка стало необходимым условием свободного общения и профессионального развития. Прежде что-то мешало мне продвигаться в этом направлении, а тут помог случай. В 1987 году мы с Мариной пригласили к себе домой группу приехавших в Ленинград американских коллег. Я сейчас уже не помню точно, сколько гостей оказалось в нашей квартире – может, человек 20. Но я точно помню, как одна из них начала рассказывать мне что-то о себе. Мы с ней стояли у окна друг напротив друга, и я слушал ее наполненный переживаниями рассказ о детстве. Когда она замолчала, я вдруг осознал, что понял, о чем она мне рассказывала. Не отдельные слова, а смысл того, о чем она говорила. Я был поражен ее рассказом, ее искренностью и доверием ко мне, и тем, что не понимал, как это получилось, что смысл рассказываемого ею проник в меня. С этого момента мой внутренний «железный занавес», отделявший от меня английский язык, был прорван. Я начал слушать аудиопленки, помогающие научиться языку, читать книги, но главное – я почти постоянно общался с кем-нибудь из американских коллег. С 1988 года их приезды стали почти регулярными. Часто кто-нибудь из них останавливался на пару дней у нас дома, иногда гости задерживались подолгу. Наверное, благодаря постоянному общению с ними мой английский становился все лучше.

Это было время надежд и новых начинаний. В 1987 году появился закон, разрешающий создание частных организаций, и мы, небольшая группа друзей и коллег, задумали организовать свой собственный центр и назвали его «Гармония».

«Гармония» была официально зарегистрирована 14 июля 1988 года, и уже в апреле 1989 года при посредничестве американского социального работника Лорны Димео мы организовали двухлетнюю программу подготовки психотерапевтов и психологов в области психодинамической психотерапии, которая была названа «Институт международной подготовки по психотерапии». Думаю, это была одна из первых подобных программ в Советском Союзе. Для проведения программы Лорна пригласила замечательных специалистов, которые стали регулярно приезжать в «Гармонию»: Дон Бранд, Нэд Кассем, Альберт Рабин, Артур Сигал. Все они – яркие индивидуальности и исключительные профессионалы. Артур Сигал знал бесчисленное количество анекдотов и шуток, имевших потрясающий дидактический потенциал. Нэд Кассем, напротив, был очень серьезен. Он заведовал клиникой психиатрии в госпитале «Масс Джeneral» в Бостоне. Его особенно интересовали темы смерти, утраты, горя. Кроме того, он был католическим священником. Дон Бранд, являвшийся директором этой программы, занимался частной практикой в Бостоне, преподавал в колледже «Антиох» в Новой Англии и, кроме того, был раввином. Позже Дон переехал в Израиль. Самым старшим из четверых был Аль-

берт Рабин: когда он к нам приезжал, ему было около 80 лет. Но возраст никак не влиял на остроту его ума. Однажды, рассказывая во время семинара случай из практики, он произнес (по-английски, естественно, русского он не знал): «and this person», что в переводе означало, «и этот человек», а переводчик, которого мы пригласили, перевел на русский: «и этот пациент». Рабин сразу повернулся к переводчику и поправил его: «I did not say “patient”. I said “person”». («Я не сказал „пациент“, я сказал „человек“»). Он уловил в звучании русской фразы слово, которого не произносил. Но это было чрезвычайно важное слово – за ним стояло отношение: «человек, а не пациент». Это только крошечный эпизод. Но он учит тому, что в терапии важны слова и то, что за словами, и тому, что терапевту нужно уметь слышать.

Другим направлением, повлиявшим на развитие «Гармонии», была программа по психосинтезу. Для начала ее проведения осенью 1989 года в Ленинград из США приехали Молли Браун, Джанет Рейнуотер, Кэрол Хвошински.

Семинар начался в «Гармонии» 21 сентября 1989 года. Мне совсем не хотелось на него идти. В это время тяжело болел мой отец. В начале лета 1989 года у него диагностировали рак. Болезнь зашла слишком далеко, врачи сказали, что жить ему осталось несколько месяцев. Я переехал жить к нему и ухаживал за ним. Для меня это было тяжелое время. В моей жизни было несколько периодов, которые я могу назвать поворотными в своей судьбе. Когда мне было 10 лет, от рака умерла моя мать. Тогда я пережил огромную утрату. Мне кажется, что именно тогда я научился сопереживать боль других людей. Во время болезни отца, чтобы уйти надолго из дома, мне нужно было просить родственников подменить меня. Так было и на этот раз. В «Гармонии» я был одним из тех, кто отвечал за организацию семинаров иностранных специалистов, что в основном заключалось в расстановке стульев и договоренности об аудитории. Сначала я решил, что, как только все будет готово и семинар начнется, я уйду домой. Я колебался, но все же решил остаться.

Передо мной лежит блокнот с записями того семинара. На первой странице запись – сон моего отца, который он рассказал мне накануне:

«Это сон о победе. Мы едем на поезде. Возвращаемся с войны. Поезд увит гирляндами цветов. Музыка, радость, торжество, все едут и радуются, поздравляют друг друга, есть ощущение удовлетворения – мы победили, возвращаемся с победой! Там едут... – тут он перечисляет имена людей, которые едут вместе с ним на этом поезде, это имена не так давно умерших известных музыкантов, композиторов, артистов, его коллег и друзей, – ...и я не понимаю, что я-то здесь делаю, они же старше меня на 7–8 лет? Хочется зажечь свет».

Я понимаю, что это сон о приближающейся смерти, о последнем путешествии, в которое он собирается скоро уйти, к которому он сейчас готовится. Для меня самое страшное, что я не могу его защитить, что ничего уже нельзя сделать...

Семинар начался. Участники разделились на группы, и я оказался в группе Молли Браун. Молли задает вопрос: «Что заставляет ваше сердце петь?» – и у меня возникает боль за грудиной. У моего отца рак легкого, и это отдается во мне. Мне очень тяжело и грустно, и я чувствую волнение, мне трудно сейчас общаться с другими. Мне хочется уйти. Потом какие-то границы стираются, и я словно оживаю. Я не ухожу через час. Я остаюсь на этом семинаре. Я чувствую, что здесь могу встретиться с собой, с правдой того горького и пугающего, что происходит в моей жизни, просто переживать это, перестать себя контролировать, быть собой. Впервые за этот день появляется ощущение покоя. Вечером я рассказываю отцу о том, что происходило на семинаре, об упражнениях, которые мы делали, а утром следующего дня снова еду в «Гармонию». Это были три дня интенсивного самораскрытия, самоисследования и помощи

друг другу. Я отвечал на свои собственные вопросы, откуда-то рождались слова, возникали рисунки, я встречался с природой в себе самом. Это захватывало. На семинаре мы много говорим о терапевтических отношениях, исследуем их при помощи разных упражнений.

Впервые я услышал о психосинтезе в начале 1980-х. Один из коллег рассказал о статье по работе с направляемым воображением и о том, как можно интегрировать занятия аутогенной тренировкой с принципами психосинтеза. Психосинтез привлек меня своей открытостью, трансметодичностью. Другие техники «борются за чистоту», а психосинтез мне представлялся открытым тому, что может оказаться ценным и эффективным в самых разных направлениях. Автор концепции психосинтеза, Роберто Ассаджиоли, никогда не рассматривал психосинтез как отдельную школу психотерапии. Более того, он надеялся, что психосинтез никогда не станет отдельной школой. Ему хотелось, чтобы у специалистов-практиков была возможность использовать то ценное, что появляется в самых разных школах, интегрируя это в своей работе. На последней странице обложки блокнота, в котором я фиксировал ход семинара и мои на него отклики, есть запись, отражающая мое потрясение: «Психосинтезом человек занимается всю жизнь, с детства. Детские сказки – это уже психосинтез, введение ребенка в цельный мир, где неразрывные связи людей, животных, земли, воды, огня – это все. В сказках герой имеет преимущество, если понимает язык животных и дружит с ними. Тогда он может то, чего не могут короли».

После завершения семинара Молли, Джанет и Кэрол пригласили нас с Марком Певзнером на ужин. В какой-то момент Молли отозвала нас с Марком в сторону и спросила, как бы мы отнеслись, если бы нас пригласили следующим летом приехать в США на летнюю школу психосинтеза. Мы, естественно, сразу же согласились. Вечером, вернувшись домой, я рассказал отцу об этом приглашении. Он обрадовался и поздравил меня. Наверное, для него в этом приглашении был знак какого-то моего достижения. Он очень любил меня и гордился мной. То, что мы с ним пережили в последние месяцы его жизни, было его последним подарком мне. Он умер через неделю, 1 октября 1989 года.

* * *

В ноябре 1989 года я получил первое письмо от директора института «Конкорд» Томаса Йоманса с официальным приглашением приехать летом 1990 года в США, чтобы принять участие в летней школе по психосинтезу. Оно датировано 20 октября 1989 года. С этого времени началась наша переписка, перешедшая позже в глубокую дружбу и тесное профессиональное сотрудничество. Том явился человеком, воспринявшим нас всерьез, поверившим в нас, тем, кто на протяжении многих лет поддерживает нас с Марком и «Гармонию». Но тогда, в 1989 году это было письмо от еще неизвестного мне человека.

Америка

У моей бабушки Эсфири было семеро братьев и сестер. Отец рассказывал мне, что особенно она любила старшего брата Эмиля. Эмиль (Эмиль Купер) был одаренным музыкантом. В 1924 году он уехал из СССР в Европу на гастроли и не вернулся. Он был дирижером, работал в разных странах Европы, а перед войной уехал в США, и эта страна стала его домом. И хотя жизненные пути Эсфири и Эмиля разъединили их, они не виделись почти сорок лет, они продолжали любить друг друга. Об этом говорят их письма. Отец мне рассказывал, что бабушка почувствовала смерть Эмиля, еще не получив об этом известия. Он умер осенью 1960 года в Нью-Йорке, она – в самом начале весны 1961 в Ленинграде. Летом 1990 года я летел в далекую Америку, летел к своим будущим друзьям и коллегам, летел в летнюю школу по психосинтезу. И немножечко (мне почему-то было неловко признаваться в этом) я летел в страну Эмиля, брата моей бабушки. Это было мое первое путешествие за пределы СССР. Мне тогда было 37 лет.

Наш самолет компании «Аэрофлот» приземлился в Нью-Йорке 16 июня 1990 года в 13:35 в аэропорту имени Джона Кеннеди. Паспортный контроль:

- Вы говорите по-английски?
- Да, немного.
- Вы приехали по делам эмиграции?
- Нет.
- Сколько у вас с собой денег?
- 328 долларов.

Офицер (женщина) улыбается. По моему мнению, это, конечно, очень много денег. Офицер прищипливает к паспорту какую-то бумажку. У нее ломается степлер. Она смотрит извиняющимся взглядом и говорит:

- Все время так.

Я вспоминаю про свои муки с такой же машинкой и выражаю ей свое сочувствие. Мы прощаемся.

На таможенном досмотре, взяв мои документы, меня спрашивают:

- Вы из России?
- Да.
- Очень хорошо, очень хорошо. Проходите.

С табличкой «Mark, Sasha» нас встречает женщина средних лет. Ее зовут Хелен. Вместе с ней мы идем на автостоянку, расположенную на 4-м этаже здания аэропорта, где припаркована ее машина (для нас с Марком сама идея парковки на 4-м этаже выглядит абсолютно нереально). Машина темно-вишневого цвета, потрясающая, я никогда в таких не ездил. С кондиционером! В Нью-Йорке жарко. Двигатель бесшумный. Мы едем. Она рассказывает, что по специальности она арт-терапевт, что у мужа есть русский друг – Эрнст Неизвестный. Может быть, мы слышали? Мы слышали. Хелен привозит нас в пригород Нью-Йорка, в небольшой городок Хастингс-он-Хадсон, где мы будем жить два дня. Нашу хозяйку зовут Полли. Она психолог, занимается частной практикой, работает в основном с детьми. Заканчивает книгу. Полли проводит нас с Марком нашу комнату, а потом мы с ней идем на прогулку по городку.

Полли выгуливает собаку и показывает нам окрестности. Мы подходим к зданию местной школы, перед которым большой фонтан. И тут у меня захватывает дух. Сейчас я расскажу вам о самом сильном потрясении моего первого дня в Америке. Ни сам перелет, ни автостоянки на крышах, ни небоскребы и многоярусные дороги, ни иностранная речь не произвели на меня такого ошеломляющего впечатления, как этот фонтан. Дело в том, что в воде вокруг фонтана плавали золотые рыбки. Много золотых рыбок. Перед зданием школы. Позже я много раз видел такие фонтаны или прудики в американских школьных дворах и университетских парках с чудесными рыбками (вероятно, это были карпы), которые прямо из ваших рук выхватывают кусочки хлеба, которые вас не боятся. Потом я привык к этому, но в первый раз – это было сильно. Это было начало моего знакомства с миром, где дикие животные свободно разгуливают по приусадебным участкам, где птицы не боятся людей и люди не гонятся за ними и не вылавливают рыб из фонтана. Если вам не понятно, что меня поразило, то в качестве примера приведу историю моей знакомой, которая летом 2006 года отдыхала на курорте в Турции. Так вот, там наши пьяные соотечественники поймали павлина, ощипали, зажарили и съели. Их, конечно, оштрафовали и т. п. Но это на курорте в Турции и, следовательно, эти туристы люди не бедные и не голодали. А в 1990 году в СССР жилось голодно. И рыб просто выловили бы и съели.

Потом мы ужинаем, и Полли везет нас показать ночной Нью-Йорк. Потрясающе, конечно, но рыбки в фонтане продолжают стоять у меня перед глазами.

На следующее утро Полли инструктирует нас для самостоятельной поездки в Нью-Йорк. Она пишет в моей записной книжке инструкции, которые читаются как стихи:

Большой центральный вокзал,
Найдите информационный центр.
Ближайший поезд на Хастингс-он-Хадсон.
Узнайте, верхний или нижний уровень
И номер поезда,
Сядьте слева лицом по ходу движения.
Хастингс – это следующая остановка после Грейстоуна.
В случае чего – звоните за счет абонента.
Просто наберите «0» и скажите:
«Я хочу позвонить за счет абонента Полли».

Полли

Нью-Йорк нас с Марком потряс. Но потряс по-своему. Мы на 42-й улице. Вокруг английская и немецкая речь, люди в индийских тюрбанах. По улице под охраной полицейских движется, танцует, с песнями караван кришнаитов. Движение транспорта остановлено перед раскрашенными золотом колесницами, запряженными буйволами. Вокруг суетятся люди, раздающие прохожим орешки, а в небе летит самолет с рекламным транспарантом. И все это одновременно. Небоскребы. Лимузины. Запахи еды. Мы идем в музей Метрополитен. После музея, перед отъездом в Хастингс-он-Хадсон, у меня деловая встреча. В Ленинграде один знакомый попросил передать книгу своему родственнику, недавно эмигрировавшему в США. Я договорился встретиться с ним у музея. Мы с Марком почти на ходу заскакиваем в его машину – в этом месте останавливаться запрещено – и куда-то едем. Я спрашиваю молодого человека, как его дела. В это время он делает левый поворот, пропускает пешеходов и говорит:

– Все бы хорошо, если бы только не эти обезьяны.

Он показывает на чернокожего молодого человека перебегающего улицу. И я понимаю, что все *не* хорошо. Что здесь расизм. И особенно нелепо и чудовищно это звучит из уст моего

соотечественника. Нам с Марком нужно выйти. Нам пора возвращаться в Хастингс-он-Хадсон, где плавают в фонтане золотые рыбки.

Вечером Полли устраивает обед в честь нашего приезда («русские приехали!»), на который приглашает своих друзей. А на следующий день мы прощаемся с Полли и трогаемся дальше. Наш путь лежит на вокзал, откуда мы поедem на поезде в сторону Массачусетса. Нам нужно выйти из поезда в Коннектикуте на станции «Дорога 128» (Route 128). В поезде встречаемся и знакомимся с остальными членами группы из СССР. Кроме нас с Марком, есть еще коллеги из Ленинграда, Москвы и Вильнюса. На платформе нас встречают несколько человек. Самый заметный – высокий Томас Йоманс, Энн Йоманс – его жена, Прилли Санвил, Майкл Джиганти. Кажется, кто-то еще, сейчас уже не помню. Том Йоманс держит на поводке собаку, золотого ретривера, которого зовут Тэрен. Нас рассаживают по машинам и везут в Бостон. Там мы ужинаем вместе с неизвестными нам пока американскими коллегами, а потом нас распределяют между теми, у кого мы остановимся на ближайшие пару дней. Мы с Марком попадаем к Марку Руссо и уезжаем с ним в Кембридж, где находится Гарвардский университет. Там на Гарвард-Стрит находится место, где мы будем жить пару дней. Это «half way house», буквально – «дом на полпути» для психически больных между стационаром и обычной, самостоятельной жизнью. Это немного похоже на общежитие. У каждого здесь своя комнатка с кухней, туалетом и душем. Каждый сам заботится о своем питании, ходит в магазины, готовит и т. п. Есть большая общая комната с телевизором и стеллажом с книгами. В этом доме постоянно находится психолог или социальный работник, который занимается с постояльцами индивидуально и в группе.

Марк Руссо – как раз такой психолог. Его забота о нас трогает до глубины души. Он приводит нас в нашу комнату, открывает шкафчик на кухне – там хлеб, печенье, крекеры; открывает холодильник – там молоко, масло, яйца; ставит на стол тарелку с фруктами и, смущаясь, говорит:

– Я слышал, в России нет ананасов, и поэтому я купил вам ананас.

Следующий день пролетает незаметно: мы гуляем по Гарварду, по улицам Бостона, общаемся с новыми друзьями, едим бутерброды на траве в сквере. В Америке по траве ходить можно, сидеть на ней можно, лежать можно, можно играть в спортивные игры, если никому не мешаешь. Вечером мы смотрим фильм, который Марк Руссо взял напрокат «Общество мертвых поэтов» («Dead Poets Society») – он только что вышел, я ничего не понимаю из того, что говорят актеры, догадываюсь по смыслу. Вообще для меня это путешествие было интенсивной тренировкой языковой интуиции.

На следующее утро мы едем в Вермонт, там будет наш первый тренинг. Поездка занимает несколько часов, и всю дорогу мы слушаем потрясающее пение Зулейки – американской певицы, исполняющей суфийские песни. Пока мы ехали, я совершенно влюбился в ее голос и в эти песни. Через несколько часов приезжаем в Патни, Вермонт, где находится Патни-Скул (буквально – «школа в Патни») – место нашего первого ретрита. Много лет спустя я прочел у А. Эткин¹³, что в середине XIX столетия Джон Нойез организовал в Патни экспериментальное утопическое сообщество, которое было названо «Патни-Коммюнити» (буквально – «сообщество в Патни»). Эта коммуна, состоящая из нескольких сотен членов, практиковала необычную форму половой жизни, «сложный брак», в основе которого лежала постоянная смена сексуальных партнеров. Во время нашего пребывания в Патни в 1990 году никаких сексуальных экспериментов мы не наблюдали. Однако интерес к эротике, несомненно, присутствовал и, в част-

¹³ Эткин А. М. Толкование путешествий. М.: Новое литературное обозрение. Научное приложение. 2001. Вып. XXIX. С. 60–64.

ности, выразался в том, что русскоговорящие учили нашего американского коллегу Майкла Джиганти русскому мату. Майкл громко произносил выученные слова, и все окружающие и сам Майкл этому бурно радовались.

Ретрит начался 20 июня. В группе человек двадцать, помимо советских, еще американские участники и ведущие. Ведущих несколько: Энн Йоманс, Прилли Санвилл, Майкл Джиганти и Клэр Боскин. «Ретрит», в ту пору новое для меня слово, означает «уход», «погружение». Все организовано так, чтобы мы все вместе погрузились в атмосферу самоисследования, глубокого знакомства с собой и другими, чтобы мы смогли хоть немного приоткрыть друг для друга особенности наших культур, увидеть наши сходства и различия. Много медитаций, работы с воображением. Все построено на исследовании опыта и его осознании. Психотерапевт должен знать себя, кроме себя самого, другого инструмента у него нет. Мы учимся быть в настоящем. Учимся слушать. Учимся раскрывать себя перед другими. Учимся видеть сходства и различия. И «быть с этим». Упражнения, направленные на исследование терапевтических отношений. Обсуждения. Я сижу напротив окна, за которым горы. Красота! По вечерам в небе россыпи звезд, а воздух наполняется светлячками. В Ленинграде нет гор. Ленинград – город горизонталей. В Ленинграде нет светлячков. Но есть белые ночи.

Несколько дней в Патни сплотили нас, мы узнали друг друга, открылись происходящему и погрузились в атмосферу исследования. Мы были готовы к следующему шагу, и наша группа направилась в Конкорд, штат Массачусетс.

Тогда о Конкорде я знал немного – только то, что это небольшой старинный городок в Новой Англии, родина американской революции. И еще я знал, что там в XIX веке жили Ральф Уолдо Эмерсон и Генри Торо – замечательные американские философы-трансценденталисты. Я читал, что Эмерсон предпринял попытку уравновесить западный идеал совершенства как всестороннего развития способностей и восточный идеал совершенства как выход за пределы своей личности от частного сознания к универсальному, настоятельно повторяя, что в микрокосме человеческой личности определяющее значение имеют надындивидуальные, общечеловеческие качества. Жизнь и личность его современника – Генри Торо доказывает, что такое равновесие было в принципе возможным¹⁴:

«Под грязным слоем мнений, предрассудков и традиций, заблуждений и иллюзий, под всеми наносами, покрывающими землю в Париже и Лондоне, Нью-Йорке, Бостоне и Конкорде, под церковью и государством, под поэзией, философией и религией постараемся нащупать твердый, местами каменистый грунт, который мы можем назвать реальностью и сказать: вот это есть и сомнений быть не может»¹⁵.

В отличие от современных им последователей строгой науки, Эмерсон и Торо пытались практикой ежедневной жизни выразить свое мировоззрение и найти ответы на тревожившие их вопросы. За много лет до этой поездки я прочитал книгу Торо «Уолден, или жизнь в лесу». Там есть такие загадочные слова:

«Когда-то давно у меня пропал охотничий пес, гнедой конь и голубка, и я до сих пор их разыскиваю. Многих путников я расспрашивал о них, говорил, где они могли им встретиться и на какие клички отзывались. Мне попались один или два человека, которые слышали лай пса, топот коня и видели, как взлетала за облака голубка, и им также хотелось найти их, словно они сами их потеряли»¹⁶.

¹⁴ Зыкова Е. П. Восток в творчестве американских трансценденталистов // Восток-Запад. М.: Наука, 1988.

¹⁵ Торо Г. Д. Уолден, или жизнь в лесу. М.: Наука, 1980.

¹⁶ Там же.

Когда я ехал сюда, то втайне сам надеялся встретить таких людей, надеялся обрести пропажу. Ведь когда-то давно у меня тоже...

Разговоры. Кен и Стивен:

– Что это за город Бердичев? Это где-то возле Киева?

– А Винница? Ты можешь показать на карте, где они?

Их глаза близко, в них стоят слезы... Они как братья.

Я словно вхожу в эти открытые глаза и прохожу насквозь.

И это не я приехал, это они приехали ко мне. И это я мог бы спросить их:

– Мой отец родился в Одессе. Где это? Покажите мне, пожалуйста, Одессу.

И даже английский и русский языки переплелись. Я никогда не думал, что в английском языке столько русских слов: пирог, спутник, блины, борщ, гласность и. погром.

У Клер Боскин в гостиной, в самом центре комнаты, стоит обитый жестью черный сундук. Ее мать помнит, что в нем были их вещи, когда они бежали из России.

Один молодой человек рассказывает:

– Она брала мою руку вот так, поворачивала ее ладонью вверх и говорила. – и тут он произносит на чистом русском языке, – «сорока-ворона кашу варила.»

Он не понимает, что значат эти слова, просто понятия не имеет, но они выходят из его рта, повторяя интонации, слышанные им в детстве. Он помнит, что потом бабушка всегда целовала его ладонь. Вот так.

Летняя школа по психосинтезу проходила в Конкордской Академии – в частной школе, которая летом, естественно, пустует, и ее арендуют для различных мероприятий. В летней школе участвовало более ста человек из разных стран, многие из них на долгие годы стали моими друзьями и партнерами в различных проектах. Это было похоже на конференцию: много семинаров и мастерских, демонстрационные сессии, круглые столы. Утренние медитации с Энн Йоманс, когда я обнаружил себя впервые в жизни ходящим босиком по покрытой росой траве. Красота природы и красота людей. Музыка и песни в перерывах, поэтому почти на всех фотографиях люди поют. Я тоже начинаю петь. Много лет до того я не брал в руки гитары, а тут что-то внутри прорвалось, и мне вновь захотелось петь. Мы строим планы на будущее. Организуется Transcultural Network for Global Psychology and Education (TCN)¹⁷

¹⁷ Trans-Cultural Network for Psychology and Education (TCN) была основана в США в 1990 году «Институтом Конкорд» совместно с группой психологов и преподавателей тренинговых центров и университетов из разных стран (США, Канады, Норвегии, России, Литвы). Задачей сети было развитие международного профессионального обмена, в первую очередь, между специалистами Запада и бывшего Советского Союза. С 1990 до 1995 год TCN поддерживала ряд проектов в США, Западной Европе и странах бывшего СССР, включавших подготовку персонала для Международной школы психотерапии, консультирования и ведения групп в России. Помимо профессионального обмена, поддержка TCN включала помощь в приобретении электронного оборудования, а также книг, аудио- и видеоматериалов для библиотеки школы, участие в подготовке программы школы и сертификации ее выпускников.

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.