

ПУТЕШЕСТВИЕ ПРОДОЛЖАЕТСЯ: ПОСЛЕСЛОВИЕ К «СЛУЧАЮ ТЕДА»

С.МЬЮЗ

Пока издавались эти материалы, Тед продолжал свое путешествие. То, что его волновало больше всего, – «не умереть одиноким, так никем и не узанным по-настоящему» – приобрело для него новое измерение, так как его рак продолжал оставаться в ремиссии уже несколько лет. Первым лучом рассвета, разгоняющим долгую ночь уныния и печали, стало то, что Тед, наконец, решился принять экзистенциальный вызов ответственности за собственную амбивалентность при встрече с болью и необходимостью борьбы. «Я думал, что я умираю, но теперь оказалось, что мне еще жить и жить, а я никак не могу решить, что мне делать дальше». Одиночество его жизни, чувство, что он какой-то изгой, были центральной осью, к которой, как спицы колеса, крепились другие болезненные вопросы – сексуальности, травмы, предательства, смысла жизни.

Еще до публикации Тед прочел каждый из представленных здесь отзывов на ни чем не прикрашенные факты его жизни, и обсудил их со мной в ходе терапевтических встреч. Он сказал, что из всех троих, кто откликнулся на его случай, он выбрал бы отца Стефена Пламли, если бы он искал для себя терапевта, так как думает, что богословское измерение – самое главное в отзыве отца Стефена. Христианская вера, в значительной мере, является центром ориентации Теда в отношениях с другими людьми, а также с самой собой, смыслом и ценностями своей жизни.

Поскольку эмоциональная конгруэнтность Теда не вызывала ни малейших сомнений, у меня не было оснований вносить какие-либо психотические обертона в описание его случая. Скорее, его «голоса», даже если он и имел краткий опыт переживания их как «внешних» по отношению к нему, представляются чем-то, больше, из области диссоциативных расстройств, чем-то, что следует отнести на счет действия травмы в сочетании с изоляцией и влиянием Phentermine, препарата для похудения, который он принимал, чтобы «взбодриться». Шизоидные черты на личностном уровне выступают на первый план как следствие целой жизни в условиях изоляции от других людей, оказавшей существенное влияние на формирование поведения и мышления Теда.

Комментарии Джеффа Редигера, где он затрагивает вопрос о реальности измененных состояний сознания, которые невозможно полностью подвести под психопатологическую категорию ни «психотических», ни «диссоциативных» расстройств, как нельзя более уместны, поскольку «голоса», как можно видеть, медленно нарастая с течением времени, достигали степени наибольшего проявления, отдельного от целостной личности Теда, в тот самый момент, когда Тед пытался оспорить вынесенный себе самому приговор к изоляции, позволяя себе быть искренним с терапевтом. Диссоциативный процесс, посредством которого непереносимый аффект вытесняется в бессознательное и больше не существует для человека как нечто внутреннее, интегрированное с ним, но, скорее, переживается косвенным образом, как нечто, присутствующее «вовне» «я», хотя бы «только в уме», безусловно, напоминает оставленные нам святыми отцами описания действия страстей: возникновение страсти, постепенное овладение человеком и затем – плод, определенное поведение, которое, в свою очередь, усугубляет рабство страстям.

С течением времени повторяющиеся уступки помыслам, ассоциированным с отрицаемыми аспектами «я» и с травмой, приводят к тому, что эти страсти начинают функционировать как полуавтономные центры сознания внутри *psyche*, которые, по крайней мере, функционально равносильны «злым духам». Сексуальные провокации, даже и не направленные вовне, на другого человека, но только аутоэротические, как в случае Теда, повторяясь, постепенно делают «я» «пленником» создания собственной фантазии, что описывается в православной традиции как состояние духовного заблуждения и называется «прелестью» (*cf. Palmer, G.E.H., Philip Sherrard, Kallistos Ware, 1979*). Открываясь близости в отношениях с другим человеком и реальным чувствам, которые вышли наружу благодаря глубокой заинтересованности в этих отношениях, делающей его уязвимым, Тед, в результате, начинал представлять угрозу аутоэротическому источнику «демонических» голосов. Голоса испытывали «угрозу» честности Теда со своим терапевтом, а Тед испытывал на себе их усилия предотвратить это, когда они внушали ему не выдавать их присутствия. Эту ситуацию можно рассматривать как попытку демона «спасти свою жизнь за счет Теда», вместо того, чтобы позволить энергиям, которыми он образован, интегрироваться и «высвободиться» в *psyche*, – процесс, сходный с тем, в котором каждое индивидуальное эго в большем космическом купительном плане ищет спасения собственной жизни и теряет в этом свою душу: «Если семя не умрет, останется одиноким в земле».

На восьмидесятой сессии стал очевидным эффект прорыва ощущения изоляции, когда Тед вдруг спонтанно раскрыл свои карты, проявив

совершенно не свойственную ему откровенность: «Вы очень помогли мне в терапии. Вы другой, чем все остальные терапевты». Я увидел, как губы его приоткрылись и слегка задрожали – его чувства по поводу того, что он проговорился, начали проступать наружу и проявляться телесно, и затем он резко перешел на другую тему. Все это он заметил за собой и не мог понять, как это с ним получилось. Я спросил: «Что Вы чувствовали в тот момент, когда говорили: «Вы очень помогли мне в терапии. Вы другой, чем все остальные терапевты»? Ведь Вы в этот момент внезапно сменили тему».

Тед ответил в своей лаконичной манере: «Я хотел, чтобы вы это знали». И все, ничего больше. Тут был для него слишком большой риск стать уязвимым – признать, что наши отношения что-то значат для него, что кто бы то ни было что-то значит для него, что ему важно, чтобы кто-то понимал его. Далее он сказал, что до сего момента даже не представлял, как он автоматически избегает чувств, и, кроме того, что ему помогло то, что он чувствовал, что «о нем заботятся». Он заметил, что чувства его оживают в результате отношений с другим человеком. Будучи всю свою жизнь в изоляции, Тед не позволял своим чувствам проявляться в телесных ощущениях и, с течением времени, он постепенно перестал их осознавать, за исключением тех случаев, когда они проявлялись в качестве символических представлений, разыгрывавшихся в уме и участвовавших в его сексуальных фантазиях. Эрос в его жизни не был глубоким внутренним переживанием в отношениях с другими людьми, но переживался только косвенным образом, посредством сексуального возбуждения, стимулируемого жизнью его ментальных фантазий, в которых он играл обе роли – монолог в обличии диалога¹.

Сила психотерапии, главным образом, заключается в том, что это – возможность подлинной встречи в диалоге с другим человеком. Личность может не меняться существенно в этом процессе, и все же для человека, такого, каков он уже есть, здесь возможно весьма драматичное изменение смысла, которое наступает вместе с чувством, что его *понимают и любят*. Хотя терапевтическая встреча подразумевает специальные профессиональные границы, то, что случается в отношениях, тем не менее, реально. Исцеление душ гораздо больше зависит от этого человеческого измерения, чем от теоретического подхода или техники психотерапевта.

¹ «Современный человек отличается тем, что в действительности не слушает... Я знаю людей, которые поглощены «социальной активностью» и никогда не разговаривают друг с другом как собратья. Любовь без диалога, без реального общения с другим, без попытки достучаться до другого и составить компанию другому – любовь, остающаяся в самой себе, – это и есть Люцифер» (*Buber*, 1993, с.24).

Когда все сказано и сделано, истина остается в том, что *вера, надежда и любовь пребудут, но из них трех любовь больше.*

В какой-то момент терапевт рассказал Теду, как его собственный отец, чья жизнь была искалечена параноидной шизофренией,отреагировал на его вопрос, который начинался словами: «Если ты знал, что Иисус по каким-то причинам вынуждал тебя страдать от шизофрении...». Отец перебил его и ответил без колебаний: «Я принял это в ту же минуту!» Каждое человеческое существо – как это особенно глубоко понял Виктор Франкл, находясь в заключении в немецких концлагерях, – больше всего нуждается не в свободе от боли или болезни, а в познании смысла и свободы, которое происходит, когда ты находишься в отношениях с другим человеком. Это «измерение встречи» находится в самом ядре терапевтических отношений, как отмечал И.Ялом (*Yalom, 1989, с. 227*):

За многие годы я узнал, что задача терапевта не в том, чтобы втянуть пациента в совместные археологические раскопки. И если кто-либо из пациентов получал помощь таким образом, то это произошло не в результате поиска и обнаружения той самой ложной тропинки (жизнь никогда не идет неправильно из-за какой-то ложной тропинки; она идет неправильно потому, что ложен главный маршрут). Нет, терапевт помогает пациенту не тем, что просеивает прошлое, а тем, что любовно присутствует с человеком; тем, что он достоин доверия, что он заинтересован, а также своей верой в то, что их совместная деятельность будет, в конечном итоге, спасительной и целебной. Драма возрастной регрессии и рекапитуляции инцеста (или любого терапевтического проекта – катарсического или интеллектуального) является чем-то целительным только лишь потому, что дает терапевту и пациенту возможность интересной совместной деятельности, пока настоящая терапевтическая сила – отношения – зреет, подобно плоду.

Важно отметить, что, так как в его жизнь все больше по-настоящему входят другие люди, которые действительно ценят его, Тед прекратил свои опыты с садомазохистскими фантазиями – не вызывает их более в воображении, не мастурбирует, и вообще не проявляет свою сексуальность в аутоэротической генитальной форме. Растет его чувство признательности, благодарности, радости в отношениях с другими людьми. Он регулярно посещает церковь, встречается по вечерам с друзьями и совершает поездки с Лаурой, женщиной, которой он постепенно позволил приблизиться к себе, обнаружив, что стал внутренне крепче и теперь не боится, что она его поглотит.

В своих заметках о.Стефен Пламли подчеркивал важность того факта, что Тед завязал отношения (не сексуальные) с другим мужчиной. Я

уверен, что очень значимо, что это случилось тогда, когда также строились отношения большей открытости и эмоциональной доступности с терапевтом, которые в этот период находились на стадии переноса и вместе с целительным эффектом несли в себе угрозу и нечто пугающее для него (так, гнев в голосах в это время был в какой-то мере связан со страхом разоблачения и незащищенности). Кроме того, мужчина, с которым у Тед возникли отношения, был знаком с терапевтом Теда, и Тед это знал, что, возможно, сыграло роль, через замещение, дополнительной связи с терапевтом и могло стать значимым фактором. Однажды он рассуждал на тему, что мы оба «каким-то образом связаны друг с другом». Это, похоже, помогало Теду расстаться со страхом сексуальной связи с мужчиной, демонстрируя, что он мог наслаждаться близкими отношениями с другими мужчинами без того, чтобы на самом деле в глубине сердца мечтать о том, чтобы все это завершилось физической близостью. Похоже также, что все это помогло освободить дорогу более близким и глубоким отношениям с женщиной.

Наблюдение Ди Жаке, свидетельствующее о том, что недостаточно просто «отсечь» деструктивные мысли, но нужно и важно понять их динамическое назначение и передать скрытые функции, которые они выполняют, в ведение Таинственной жизни Церкви, имеет выдающееся значение для пастырской психотерапии. Она указывает, что ей ничего неизвестно о существовании святоотеческой практики, поощряющей подобный «рефрейминг», направленный на выявление эмоциональных первопричин и потребностей, которым они служат, что является одной из ключевых целей психодинамической терапии, превыше всего ценящей интеграцию расщепленных аспектов психической жизни. В этом вопросе мы, возможно, найдем опору в Паламитском подходе, который направлен, скорее, на преобразование и преображение страстей, чем на их уничтожение. Безусловно, это критически важная область для дальнейшего диалога между святоотеческим учением и современной психологией относительно исцеления и полноценного развития человека.

Греческий миф о путешествии Одиссея дает нам некую аналогию тех сил, с которыми мы находимся в постоянной борьбе. В один из моментов своего путешествия, зная о приближении к месту, где обитают сирены, которые увлекают мореходов своими чарующими голосами к неминуемой гибели на скалах, Одиссей приказал своим людям заткнуть уши воском, а себя велел привязать к мачте, чтобы иметь возможность слышать колдовские голоса сирен, в то же время не поддаваясь их губительному воздействию. Намеренное «аскетическое ограничение», одновременно с полным умственным осознанием и полным телесным переживанием, под-

разумеваемое этим рассказом, дает нам что-то вроде психологической дорожной карты на пути к интеграции психических энергий, а также намек на то, что этот глубинный горизонт не был совсем неизвестен древним. Не забывая обо всем разнообразии «линз», через которые можно смотреть на один и тот же предмет, пастырский клиницист, как указывает Джефф Редигер, избегает того, чтобы поддаться редукционистскому мышлению.

Но не следует рассматривать два измерения – «психологическое» и «духовное» – как изолированные или антагонистические. Так, Ди подчеркивает, как это важно и правильно, когда мы приглашаем Бога в психотерапевтический кабинет, указывая на присутствие Духа Святого посредством молитвы и ладана как видимых и намеренных напоминаний о более широком контексте, в котором разворачивается психотерапия. Если сущность и происхождение помыслов, наша подверженность отождествлению с ними и, в конечном итоге, компульсивному проявлению их в действиях должны быть изучены, чтобы стало понятно, являются ли они потенциальными носителями психологического вируса, отличными от того, что мы называем индикаторами обрывочных воспоминаний и непризнаваемых чувств, связанных с детской травмой и до сих пор нуждающихся в том, чтобы их услышали, мы должны с особым вниманием отнестись к созданию подходящих условий для исследования обоих явлений. Это вопрос не только качественного терапевтического альянса с хорошим психотерапевтом, но также и опытного духовного руководства в контексте постоянного участия в богослужениях, аскетической практики, молитвы, покаяния, братской жизни со всей церковной общиной.

Когда Тед принял взгляд на психическую болезнь как на нечто, пропорциональное неспособности человека вырваться из тюрьмы аутоэротического монологического мира психе, в которой он сам себя заточил, в пространство подлинного «Я – Ты»-диалога с другими людьми, он добился значительного прогресса. Он больше не был изолирован от людей и ограничен миром чистых проекций содержания собственного ума, вступая в общение только с фиктивным, спроецированным «другим», опять и опять глотая нечто неудобоваримое, до тех пор, пока это процесс не достигнет той точки, в которой неразрешенное напряжение будет грозить его душевному равновесию. Он совершил, в какой-то мере, прорыв к диалогическому молитвенному общению с Вечным Ты, достигнув его в контексте отношений с другими людьми, с которыми он решил пойти на сближение, стать более эмоционально доступным и открытым.

Учитывая анемию, которую сразу же выдает несколько вялый и ослабленный внешний облик Теда, его физическая форма, по всей види-

мости, несколько ухудшилась за последнее время. Неясно, насколько это ослабило интенсивность его либидо, но как бы то ни было, эротическая сторона его жизни стала приобретать новый, здоровый облик. Ирония в том, что он сообщил, что более не испытывает беспокоящих сексуальных желаний и фантазий именно в тот момент, когда, наконец, решительно заявил: «Я – голубой». Несколько месяцев спустя он поставил это свое утверждение под вопрос и в последующие два года терапевтических встреч (дважды в неделю) самостоятельно, без побуждения к этому со стороны терапевта, сблизился с женщиной, которая уже много лет время от времени возникала в его жизни. Здесь особенно важно то, что она, выступая в тандеме с продолжающейся терапией, сумела снабдить его противовидием от того крайнего одиночества, которое сопровождало его всю жизнь, а также и от значительного психического давления, оказанного на него отношениями эмоционально-сексуального инцеста с матерью, с которой он спал в одной постели до 12-летнего возраста – о чем молчал в начале терапии.

На 89-й сессии Тед сказал с лукавой улыбкой, что прекрасно провел выходные на море с Лаурой, своей подругой, и что она сейчас носит кольцо, которое он ей одел на левую руку, «так что люди спрашивают, когда мы поженимся». И хотя он даже еще не планировал жениться на ней, он отмечал, что медленно движется в направлении некой совместной жизни с ней, в той мере, в которой он мог себе это позволить, не ощущая, что им овладевает всепоглощающая тревога.

На следующей сессии Тед сообщил, с тревогой и страхом по поводу еще одной возможной потери, что у Лауры заболевание коронарной артерии, «и это меня убивает». Он размышлял вслух о собственной смерти, задавая себе вопрос, сколько ему еще осталось прожить, и насколько другой была бы его жизнь, не будь у него таких проблем с сексуальностью. Он рассказал, что его мать начала проявлять признаки помешательства, когда ему было 11 лет, и что в это время он все еще спал в ее постели, хотя в доме было достаточно места, чтобы он мог иметь собственную постель. Он спрашивал себя, какой бы могла быть его жизнь, если бы мать сумела дать ему воспитание, вместо того, чтобы предоставить ему самому выбираться из ее постели.

В этот момент он внезапно понял, зачем он несколько лет назад затеял работы по перестройке своего семейного дома. По разным поводам он никак не мог их закончить, но ранее никогда не видел здесь этой связи. «Я думаю, что перестраиваю дом из-за матери. Комната, в которой я родился, теперь столовая, также переделаны и другие части. Я сделал все по-своему». Слезы навернулись на его глаза, когда он произносил эти

слова, но затем он успокоился. Он сказал, что его удивило, насколько сильные чувства он испытал, размышляя о том, каково ему было в детстве. Переделка дома была для него очень важна, так как она отражала те изменения, которые произошли в нем самом. «Сейчас, – сообщил он, – Лаура любит сюда заходить и проводить здесь время». И затем, опять усмехнувшись лукаво, добавил: «Об этом в книге ничего нет (имея в виду «Raising Lazarus»). Мы до этого еще не добрались».

На следующей сессии Тед вернулся к теме прошлой недели и снова выразил целую гамму чувств, которые так и лились из него рекой на протяжении всей сессии – признательность, радость, чувство освобождения, благодарность. Он говорил: «Меня все тянуло в этот дом (где он спал вместе с матерью), и я всегда хотел там все изменить, и у меня получилось!» Он сказал: «Здесь Лаура вместе со мной, и ей нравится... Вот так!» (он показал в шутку язык, когда произнес это). Тед, наконец, мог теперь сказать своей матери: «Я отделился от тебя! Я стал самостоятельным мужчиной, у меня есть отношения с женщиной, которую я избрал, которая любит меня, и я свободно могу оставаться самим собой, отдельным и независимым и, в то же время, связанным с ней близкими отношениями». Он объяснил: «Мне было трудно в 12 лет сказать матери, что я не хочу спать с ней. Она нуждалась во мне». Как и многие дети, Тед пожертвовал собственным благополучием и нормальным развитием в пользу своей матери, и потребовалась большая часть его жизни, чтобы, в конце концов, достичь независимости, достаточной для того, чтобы свободно приблизиться к любимой женщине, не чувствуя, что он теряет свободу быть самим собой.

Тед объяснил, что у него все еще остается квартира в городе на тот случай, если ему вдруг захочется побыть одному, но что он борется с собой, чтобы и это тоже прошло. У Лауры есть собственный дом в городе, и они живут то у нее, то у него. Он счастлив быть в обществе Лауры и благодарен ей за заботу. Он замечает с радостью: «По утрам она заглядывает в мою комнату и спрашивает, не нужна ли мне компания, и мы вместе лежим на кровати». Он согласен, что это благотворно действует на него. Я говорю в ответ: «Как далеко от того, чтобы разговаривать с чашками, не так ли?» «Конечно», – отвечает он тихо, но с твердостью, – «Далеко. Мне даже странно, что вы еще помните об этом!»

Подводя итоги, хочу сказать: какие бы психиатрические или духовные ярлыки ни использовались, какие теории ни привлекались бы для работы с людьми, я убежден, что наиболее плодотворную почву терапевт обретает, если он может воспринять некую совокупность поведения человека, его чувств, мыслей, намерений – всей его жизни в сумме – как

самую пронзительную молитву, на которую тот способен, со всей смесью отчаяния, гнева, тоски, безнадежности, чувства обманутого доверия и всеми прочими человеческими страстями, духовными заблуждениями наряду с духовной жаждой и томлением по Христу, которые, как одно целое, направлены стрелой человеческой жизни в самое сердце Бога. Этот акт, в котором один человек открывает знание о себе другому в присутствии Бога, есть акт восстановления памяти о нем из того обрывочного состояния, которое образовалось в результате жизненных травм. Я часто спрашиваю своих клиентов: «Хотели бы вы быть в раю, но не познанными и не понятыми никем, даже Богом, или остаться в аду собственной жизни, но чтобы все-таки Бог близко вас знал, даже если при этом ничего бы не изменилось?». Ни разу не встретился мне среди них ни один, кто бы выбрал рай.

При таком понимании ясно, что пастырская психотерапия должна подходить к целостной неделимой человеческой жизни-в-отношениях, как к живой молитве большой глубины и многогранного звучания, которую никто никогда не в силах услышать во всей ее полноте. Как отметил Апостол Павел, «внутренний человек сокрыт со Христом в Боге». Он выше любого диагноза и несводим к любой частной теории. Смысл жизни и молитвенный диалог, если они существуют в отрыве от конкретно проживаемого экзистенциального контекста жизни и отношений с другими, равнозначны пустым видимостям, призывам «Господи, Господи» при утаивании нечистоты внутри или, с другой стороны, уходу от Бога во внешней жизни, именно потому, что «страшно впасть в руки Бога Живаго», и боль этих объятий пронизывает все то, что человек выстрадал за свою жизнь.

Итак, мы можем сказать, что в православном христианском пастырском консультировании сущностная задача терапевта заключается в том, чтобы действительно «встретиться» с человеком, по словам Мартина Бубера, в диалоге в присутствии Бога и «услышать» эту молитву человеческой жизни, которая, будучи возносимой к Богу (сознательно и бессознательно), предназначена всем, «у кого есть уши, чтобы слышать». В той мере, в которой это происходит, и в которой эта «молитва» начинает становиться понятной – стремление сердца ответить Божьей любви, которая вызвала его к жизни, и мощные целительные силы подлинного общения несут единение с Богом, с собой и с другими. Исцеление происходит. Жизнь наполняется смыслом. Пленники получают свободу.

В этом смысле хорошая психотерапия, подобно Таинствам Церкви и Божественной Литургии, предназначена для того, чтобы обнаруживать и изменять расположение человека относительно живой ткани сообщества,

того контекста, где он живет и общается, где раскрывается тот божественный *образ*, по которому мы все созданы, и которым соединяемся в единый народ, исцеляемся и преобразуемся в *подобие* Бога. Только лишь сохраняя верность – насколько мы вообще способны – этому экзистенциальному контексту нашего диалога с Богом и другими людьми, будучи солидарными с теми, кто так же как мы сталкивается с испытаниями, предназначенными человеку, мы восстанавливаем порядок своего естества и исцеляемся до глубины. Мы разделяем один Путь, одну Истину, одну Жизнь, даже если множество тропок, которыми мы идем, равняется множеству неповторимых личностей на Земле. Один помогает другому, ибо, как однажды заметил психолог Гарри С. Салливан: «Все мы, люди, больше похожи между собой, чем отличаемся друг от друга». Благая весть и целебная сила Евангелия заключается в том, что Христом нам открывается, что и Бог, хотя пребывает вечно далеко за пределами нашей досягаемости и отличен от нас, как Дух отличен от праха, все же не чужд нам, как бы то ни было. Через «встречу» в святом Причастии мы исцеляемся и обращаемся к жизни и людям с той же любовью, которой Бог любит нас во Христе.

Перевод с англ. – *Е.В.Загородной*

ЛИТЕРАТУРА

- Buber M.* Between Man and Man. – Routledge and Kegan Paul: New York, 1993.
- Frankl V.* Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy. – Pocket Books: New York.
- cf. Palmer, G.E.H., Philip Sherrard, Kallistos Ware.* The Philokalia: The Complete Text. – Faber & Faber: London, 1979.
- Yalom I.* Love's Executioner & Other Tales of Psychotherapy. – Harper Perennial: New York, 1989.