

«НЕ ТОТ РЕБЕНОК»*

ИРВИН ЯЛОМ

АВТОПОРТРЕТ В ЖАНРЕ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО ТРИЛЛЕРА: ПРЕДИСЛОВИЕ К ПУБЛИКАЦИИ

Ирвин Ялом – знаменитый американский психотерапевт, автор фундаментальных руководств по групповой и экзистенциальной терапии, профессор Стэнфордского университета.

Настоящая публикация является главой из его книги «Палач любви и другие рассказы о психотерапии». Книга эта во многих отношениях необычная, непохожая на академическое описание случаев из психотерапевтической практики.

Лихо закрученный сюжет, который держит в напряжении до последней страницы, колоссальный накал страстей, весьма откровенные авторские признания, граничащие с эксгибиционизмом, «крепкие» словечки, бурные сцены и эффектные концовки, – каждая из десяти новелл изложена как крутой американский боевик, а сам Ирвин Ялом – автор и одновременно главный герой повествования – предстает со страниц книги таким суперменом, – правда, суперменом, который способен отнестись к себе с некоторой долей иронии.

Чего стоит одно название «Палач любви», обещающее читателю то ли индийскую мелодраму, то ли психологический триллер, то ли кровавый боевик. На самом деле книга оказывается пародией на все эти жанры, приправленной научно-популярным гарниром.

Ялом намеренно создает несколько утрированный образ психотерапевта-супермена и тут же над ним иронизирует, дразня читателя и вовлекая его в сложную игру разоблачений и умолчаний, откровенности и притворства.

Поначалу эта откровенность кажется головокружительно смелой, почти шокирующей и не всегда оправданной. Ну кто, спрашивается, заставляет стэнфордского профессора признаваться в сексуальном влечении к пациентке или в отвращении к своей матери? Но потом начинаешь понимать, что каждое его «признание» тщательно выверено и точно до-

* Перевод выполнен по: *Irvin Yalom. Love's Executioner and Other Tales of Psychotherapy.* Penguin Books, 1991, p.118-143. Полностью книга выйдет на русском языке в 1997 году в издательстве «Независимая фирма КЛАСС».

зировано, и при этом сделано в определенных дидактических целях.

Ялом, прежде всего, университетский преподаватель, педагог. И эта книга, кроме всего прочего, – пособие для студентов, изучающих психотерапию. А что может быть более убедительным подтверждением теорий и правил, чем ссылка на собственный опыт? Даже если бы с ним не случилось все то, что он описал, это следовало бы выдумать для иллюстрации его теоретических положений. Впрочем, кто поручится, что он именно так и не сделал?

Если автор предстает со страниц книги таким пародийным суперменом, то сама психотерапия напоминает захватывающее приключение, полное опасностей, тайн и напряженной борьбы. Несмотря на свои постоянно подчеркиваемые экзистенциалистские убеждения, в своем отношении к психотерапевтическому процессу Ялом остается психоаналитиком: как и для Фрейда, психотерапия для него – детективное расследование, разгадывание загадки, упорный поиск истины. Только это уже не истина прошлого – инфантильной сексуальности, Эдипова комплекса и детских травм, – а истина «четырех данностей» человеческого существования: одиночества, неизбежной смерти, экзистенциальной свободы и отсутствия смысла жизни. И на пути к этой истине психотерапевту-детективу приходится преодолевать многочисленные трудности: сопротивление пациентов, их страх и лень, их примитивные бессознательные аффекты, ну и, разумеется, свои собственные – те, что на языке специалистов именуются контрпереносом, а на языке обычных людей – вождением, отвращением, скукой, раздражением, – то есть те самые чувства, которые обычные люди время от времени испытывают друг к другу, и которые психотерапевт призван в себе изживать.

Странное дело: автор вроде бы ничего не приукрашивает, наоборот, открыто демонстрирует всю психотерапевтическую «кухню» с ее, порой неприглядными, деталями. И, тем не менее, описываемая им работа психотерапевта кажется страшно увлекательным занятием: борьба с собственной скукой или неприязнью к нудной и злобной клиентке выглядит захватывающей, как подвиги Геракла или похождения Индианы Джонса. Романтические юноши и девушки после чтения этой книги должны валом повалить в психотерапевты, как в свое время, после фильмов о Чкалове и Челюскине – в летчики и полярники.

Так рассказать о психотерапии может только тот, кто по-настоящему влюблен в эту профессию. И это, пожалуй, единственное, что можно утверждать наверняка об авторе книги: он искренне предан своему делу, хотя, признаваясь во всех мыслимых грехах и слабостях (включая даже смешные), он нигде открыто не признается в своей любви к психотерапии.

Отсутствие этого главного признания – не только еще одно доказательство литературного вкуса автора (вся книга, по сути, и есть признание – так зачем его дублировать?), но и какая-то новая грань его образа. Может быть, никакой он не супермен-детектив, не самоуверенный эксги-

биционист и не «палач любви», а совсем наоборот – ее молчаливый и преданный рыцарь?

А.Б.Фенько

* * *

Несколько лет назад, во время подготовки исследовательского проекта по изучению утраты, я поместил маленькую заметку в местной газете, которая заканчивалась следующим объявлением:

«На первом, предварительном этапе исследования д-р Ялом хотел бы побеседовать с людьми, которым не удалось справиться со своим горем. Прошу добровольцев, готовых дать интервью, позвонить по тел. 555-63-52».

Из тридцати пяти человек, откликнувшихся на объявление, Пенни была первой. Она сказала моей секретарше, что ей тридцать восемь лет, она разведена, что четыре года назад она потеряла свою дочь и ей необходимо немедленно со мной поговорить. Хотя она работала по шестьдесят часов в неделю водителем такси, она подчеркнула, что сможет прийти для беседы в любое время дня и ночи.

Через двадцать четыре часа она сидела напротив меня. Крупная, сильная женщина с обветренным, изможденным лицом и независимым видом. Она производила впечатление очень упрямой, напомнив мне несгибаемую звезду 30-х годов Марджори Мэйн, сейчас уже давно умершую.

Тот факт, что Пенни переживала кризис (по крайней мере, она так утверждала), поставил меня перед дилеммой. Я не мог лечить ее; у меня не было свободных часов, чтобы принимать еще одну пациентку. Каждая свободная минута моего времени была посвящена завершению исследовательского проекта, срок сдачи отчета по которому неуклонно приближался. В то время это было самым неотложным делом моей жизни; именно поэтому я и искал добровольцев с помощью объявления. Кроме того, поскольку я уходил в трехмесячный отпуск, это было неподходящее время для начала курса психотерапии.

Чтобы избежать недоразумений, я решил, что лучше всего сразу выяснить вопрос с терапией – прежде, чем углубляться в проблемы Пенни и даже прежде, чем выяснять, почему через четыре года после смерти дочери ей необходимо было встретиться со мной немедленно.

Поэтому я начал со слов благодарности за то, что она вызвалась поговорить со мной в течение двух часов о своем горе. Я предупредил ее, что прежде, чем она согласится продолжать, ей следует знать, что это исследовательское, а не терапевтическое интервью. Я даже добавил, что, хотя и существует шанс, что наш разговор будет ей полезен, возможно также, что он вызовет временное обострение. Однако, если я увижу, что терапия действительно необходима, я буду рад помочь ей подыскать терапевта.

Я остановился и посмотрел на Пенни. Я был очень доволен своими

словами: я обезопасил себя и говорил достаточно ясно, чтобы предотвратить любые недоразумения.

Пенни кивнула. Она поднялась со стула. На мгновение я встревожился, потому что подумал, что она собралась уходить. Но она просто расправила свою длинную джинсовую юбку, снова села и спросила, нельзя ли закурить. Я протянул ей пепельницу, она закурила и начала сильным глубоким голосом:

– Хорошо, мне нужно поговорить, но я не могу позволить себе терапию. Я стеснена в средствах. Я уже посещала двух дешевых терапевтов – один из них был еще студентом – в государственной клинике. Но они боялись меня. Никто не хочет говорить о смерти ребенка. Когда мне было семнадцать лет, я ходила к женщине-консультанту в наркологическую клинику, которая сама была бывшей алкоголичкой – она была хорошим консультантом, задавала верные вопросы. Может быть, мне нужен бедняга, потерявший ребенка. А, может быть, настоящий специалист. Я питаю большое уважение к Стэнфордскому университету. Вот почему я подпрыгнула, увидев объявление в газете. Я всегда думала, что моя дочь училась бы в Стэнфорде – если бы осталась жива.

Она смотрела прямо на меня и говорила резко. Я люблю резких женщин, и ее стиль мне понравился. Я заметил, что и сам стал говорить немного резче.

– Я помогу Вам говорить. И я могу задавать болезненные вопросы. Но я не собираюсь потом собирать Вас по кусочкам.

– Я Вас поняла. Помогите мне только начать. Я сама о себе позабочусь. С десяти лет я была самостоятельным ребенком и ходила со своим ключом.

– О'кей, начните с того, почему Вы хотели видеть меня немедленно. Моей секретарше показалось, что Вы в отчаянии. Что случилось?

– Несколько дней назад, когда я ехала домой с работы – я заканчиваю примерно в час ночи – у меня произошло помрачение рассудка. Когда я очнулась, я ехала по встречной полосе и редела, как раненый зверь. Если бы навстречу попался какой-нибудь транспорт, меня бы здесь не было.

Вот так мы начали. Меня смутил образ женщины, ревущей, как раненый зверь, и я не мог сразу отделаться от него. Затем я начал задавать вопросы. Дочь Пенни, Крисси, заболела редкой формой лейкемии в девять лет и умерла четыре года спустя, за день до своего тринадцатилетия. В течение этих четырех лет Крисси пыталась посещать школу, но почти половину всего времени была прикована к постели и ложилась в больницу каждые три или четыре месяца.

Как само заболевание, так и его лечение были крайне мучительны. За четыре года болезни она перенесла множество курсов химиотерапии, которые продлевали ее жизнь, но ослабляли и уродовали ее. Крисси делали больше дюжины пункций и столько переливаний крови, что в конце концов не осталось ни одной нормальной вены. В последний год жизни врачи поставили ей постоянный внутривенный катетер, чтобы было легче кон-

тролировать состав ее крови.

«Ее смерть была ужасной – я не могу себе представить, насколько ужасной», – сказала Пенни. В этот момент она начала плакать. Верный данному обещанию задавать болезненные вопросы, я заставил ее рассказать, как ужасна была смерть Крисси.

Пенни хотела, чтобы я помог ей начать; и, по чистой случайности, мой вопрос вызвал поток чувств. (Позже я убедился, что причинил бы Пенни боль в любом случае, независимо от того, с чего бы я начал.) В конце концов Крисси умерла от пневмонии; ее сердце и легкие не справились; она не могла дышать и захлебнулась собственным гноем.

Самое ужасное, сказала мне Пенни сквозь слезы, что она не может вспомнить смерть дочери: последние часы жизни Крисси выпали из ее сознания. Все, что она помнит, – это как она собиралась в тот вечер лечь спать рядом с дочерью – во время госпитализации Крисси Пенни спала на кушетке рядом с ее постелью, – а много позже, как она сидела у изголовья кровати Крисси, обнимая свою мертвую дочь.

Пенни начала говорить о своей вине. Ее преследовала навязчивая мысль о том, как она вела себя во время смерти Крисси. Она не могла себе простить. Ее голос стал громким, а тон – самообвиняющим. Она говорила, как прокурор, пытающийся убедить меня в ее виновности.

– Можете представить, – восклицала она, – я даже не могу вспомнить, *когда*, я не могу вспомнить, *как* я узнала, что моя Крисси умерла!

Она была уверена, и вскоре убедила меня в своей правоте, что вина за это постыдное поведение и была причиной, по которой она не могла отпустить Крисси, и почему ее горе было законсервировано на четыре года.

Я был вынужден придерживаться своей исследовательской задачи; узнать как можно больше о хроническом чувстве утраты и составить исследовательский протокол нашего интервью. Несмотря на это, возможно, из-за ее большой потребности в терапии, я обнаружил, что соскальзываю в терапевтический стиль. Поскольку чувство вины казалось основной проблемой, я решил за оставшееся время выяснить как можно больше о чувстве вины Пенни.

– Виновны в чем? – спросил я. – Каковы обвинения?

Главное, в чем она себя обвиняла, – это что она не присутствовала в полной мере рядом с Крисси. Она играла, как она выразилась, во множество воображаемых игр. Она никогда не разрешала себе поверить в то, что Крисси умрет. Даже когда доктор сказал ей, что она чудом до сих пор жива, даже когда он абсолютно ясно дал ей понять, что от этой болезни не выздоравливают, и что Крисси осталось жить совсем немного, Пенни отказывалась верить, что Крисси не поправится. Она была вне себя от ярости, когда доктор назвал ее последнюю пневмонию благословением, которому не нужно противиться.

Фактически, даже сейчас, четыре года спустя, она не приняла смерть Крисси. Только неделю назад она «очнулась» у прилавка аптеки с подарком для Крисси в руке – плюшевой игрушкой. Однажды во время нашего с

ней разговора она сказала, что Крисси «исполнится» семнадцать в следующем месяце, а не «исполнилось бы».

– Разве это такое уж преступление? – спросил я. – Разве надеяться – преступление? Какая мать хотела бы верить в то, что ее ребенок умрет?

Пенни ответила, что действовала так не из любви к Крисси, а из эгоизма. Каким образом? Она никогда не помогала Крисси говорить о ее страхах и чувствах. Как могла Крисси говорить о смерти с матерью, которая притворялась, что этого не случится? Следовательно, Крисси вынуждена была оставаться одна со своими мыслями. Какая польза в том, что она спала рядом с дочерью? На самом деле она не была с ней рядом. Самое страшное, что может случиться с человеком, – это умереть в одиночестве, и именно так она позволила умереть своей дочери.

Затем Пенни призналась мне, что глубоко верит в реинкарнацию. Эта вера возникла у нее, когда она была подростком – униженной бедной девочкой, так страдавшей от того, что оказалась обманута жизнью, что единственным утешением для нее могла стать мысль, что ей выпадет еще один шанс. Пенни знала, что в следующей жизни она будет удачливее – возможно, богаче. Она знала также, что и у Крисси будет другая – более здоровая и счастливая жизнь.

Однако она не помогла Крисси умереть. Фактически Пенни была убеждена, что именно *по ее* вине Крисси умирала так долго. Ради своей матери Крисси оставалась здесь, продлевая свою боль и не получая облегчения. Хотя Пенни не помнила последних часов жизни Крисси, она была уверена, что *не* сказала ей то, что *должна была* сказать: «Иди! Иди! Пришло время тебе уходить. Тебе больше не нужно оставаться здесь ради меня».

Один из моих сыновей в то время был подростком, и, пока она говорила, я начал думать о нем. Смог бы я сделать это, отпустить его, помочь ему умереть, сказать ему: «Иди! Пришло время уходить»? Его сияющее лицо встало у меня перед глазами, и мной овладел приступ невыразимого ужаса.

«Нет!» – сказал я себе, встряхнувшись. Утонуть в эмоциях – это как раз то, что позволяли себе другие терапевты, которые не смогли ей помочь. Я понимал, что для того, чтобы работать с Пенни, я должен был привязать себя к мачте разума.

– Итак, насколько я понял, Вы говорите, что чувствуете себя виноватой по двум основным причинам. *Во-первых*, потому, что Вы не помогли Крисси поговорить о смерти, и, *во-вторых*, потому, что Вы слишком долго не отпускали ее.

Пенни кивнула, отрезвленная моим аналитическим тоном, и перестала плакать.

Ничто не создает лучше ощущения псевдобезопасности в психотерапии, чем сухое резюме, особенно содержащее перечень пунктов. Мои слова ободрили меня самого: проблема внезапно показалась более ясной, знакомой и гораздо более разрешимой. Хотя мне не приходилось раньше работать с родителями, потерявшими ребенка, мне показалось, что я могу

помочь ей, поскольку большая часть ее горя сводилась к чувству вины. А с этим чувством я был давно знаком как лично, так и профессионально.

Еще раньше Пенни сказала мне, что часто общается с Крисси, ежедневно посещает кладбище и проводит по часу в день, убирая ее могилу и разговаривая с ней. Пенни уделяла Крисси столько энергии и внимания, что ее брак распался и муж ушел от нее два года назад. Пенни сказала, что почти не заметила его ухода.

В память о Крисси Пенни оставила ее комнату нетронутой, сохранив все вещи и одежду на привычных местах. Даже ее последнее неоконченное домашнее задание лежало на столе. Только одно изменилось: Пенни забрала кровать Крисси в свою комнату и каждую ночь спала на ней. Позже, поговорив с другими пациентами, пережившими острую утрату, я понял, что такое поведение довольно распространено. Но тогда по своей наивности я подумал, что это болезненное преувеличение, с которым нужно бороться.

– Итак, Вы справляетесь со своим чувством вины, цепляясь за Крисси и не живя своей собственной жизнью?

– Я просто не могу ее забыть. Знаете, память нельзя просто включать и выключать.

– Отпустить ее – не значит забыть. И никто не требует от Вас отключать память. – Теперь я был убежден, что с Пенни нужно говорить напрямую: когда я становился резким, ее выносливость повышалась.

– Забыть Крисси – это то же самое, что признать, что я никогда не любила ее. Это как признаться в том, что твоя любовь к собственной дочери была чем-то временным – чем-то преходящим. Я ее *не забуду*.

– «Не забуду». Ну, это немного отличается от того, чтобы «отключать память». – Она проигнорировала сделанное мной различие между «отпустить» и «забыть», но я настаивал на нем. – Прежде, чем отпустить Крисси, Вам нужно *захотеть* этого, быть *готовой* к этому. Давайте попробуем разобраться с этим вместе. Представьте на минуту, что Вы цепляетесь за Крисси, потому что сами *выбрали* это. Зачем Вам это может быть нужно?

– Я не знаю, о чем Вы говорите.

– Да нет, Вы знаете! Ну, подумайте! Что Вы извлекаете из этого цепляния за Крисси?

– Я изменила ей, когда она умирала, когда нуждалась во мне. Я ни за что не изменю ей снова.

Хотя Пенни пока не поняла этого, существовало непримиримое противоречие между ее привязанностью к Крисси и ее верой в реинкарнацию. Горе Пенни было заперто, сдерживалось искусственно. Возможно, если она осознает это противоречие, ее горе снова обострится.

– Пенни, Вы говорите с Крисси каждый день. Где она? Где она существует?

У Пенни округлились глаза. Никто никогда не задавал ей таких идиотских вопросов.

– В день ее смерти я перенесла ее дух обратно домой. Я могу почувствовать ее рядом со мной в машине. Вначале она была вокруг меня, иногда

дома, в своей комнате. Затем, позже, я смогла установить с ней контакт на кладбище. Обычно она знала, что происходило в моей жизни, но хотела узнать о своих друзьях и братьях. Я поддерживала связи со всеми ее друзьями, чтобы рассказывать ей о них.

Пенни остановилась.

– А теперь?

– А теперь она уходит. И это хорошо. Это значит, она перерождается в новую жизнь.

– У нее осталась какая-то память об этой жизни?

– Нет. Она внутри другой жизни. Я не верю в это вранье о припоминании своих прошлых жизней.

– Итак, она должна быть свободной, чтобы начать новую жизнь, и все же какая-то часть Вас не хочет ее отпускать.

Пенни ничего не сказала, только пристально посмотрела на меня.

– Пенни, Вы суровый судья. Вы приговорили себя к пытке за преступление, которое состояло в том, что Вы не отпускали Крисси, когда она должна была умереть. Лично я думаю, что Вы судите себя слишком строго. Покажите мне родителя, который вел бы себя иначе. Должен сказать Вам, что если бы мой ребенок умирал, я не смог бы примириться с этим. Но мало того, что приговор суров, он к тому же бессмысленно жесток по отношению к Вам. Похоже, что Ваше горе и чувство вины уже разрушили Ваш брак. А *длительность* приговора! Вот что меня действительно беспокоит. Наказание длится уже четыре года. Сколько еще? Еще год? Еще четыре? Десять? Пожизненно?

Я задумался, пытаюсь сообразить, как помочь ей понять, что она с собой делает. Она сидела неподвижно, уставившись на меня своими серыми глазами, и, казалось, почти не дышала. Сигарета дымилась в пепельнице у нее на коленях.

Я продолжал:

– Пока я сидел здесь, пытаюсь понять все это, у меня возникла одна идея. Вы наказываете себя не за что-то, что Вы сделали раньше, четыре года назад, когда Крисси умирала. *Вы наказываете себя за что-то, что Вы делаете сейчас*, за что-то, что Вы продолжаете делать в этот самый момент. Вы цепляетесь за нее, пытаюсь удержать ее в этой жизни, хотя знаете, что она принадлежит иной. Позволить ей уйти не значит отказаться от нее или *не* любить ее, – как раз наоборот, это значит по-настоящему ее любить – любить так сильно, чтобы *отпустить* ее в другую жизнь.

Пенни продолжала пристально смотреть на меня. Она ничего не говорила, но, казалось, мои слова произвели на нее впечатление. В них *чувствовалась* сила, и я знал, что лучше всего будет просто молча посидеть рядом с ней. Но я решил добавить кое-что еще. Возможно, это был уже перебор.

– Вернитесь к тому моменту, когда Вы должны были помочь Крисси уйти, к тому мгновению, которое выпало из Вашей памяти. Где теперь это мгновение?

– Что Вы имеете в виду?

– Ну, где оно? Где оно существует?

Пенни казалась возбужденной и встревоженной моим настойчивым выпытыванием.

– Я не знаю, что Вы имеете в виду. Это прошлое. Оно ушло.

– Существует ли какая-то память о нем? Например, у Крисси? Вы говорите, она забыла все следы этой жизни?

– Все это прошло. Она не помнит, я не помню. Так что...

– Так что Вы продолжаете мучиться из-за мгновения, которую нигде не существует, – «мгновения-фантома». Если бы Вам рассказали о ком-то другом, кто так поступает, думаю, Вы сочли бы его глупцом.

Обдумывая этот разговор задним числом, я нахожу в своих словах много софистики. Но в тот момент они казались верными и глубокими. Пенни, которая при своей прямолинейности всегда имела на все ответ, опять сидела молча, как будто в шоке.

Наши два часа подходили к концу. Хотя Пенни не просила о дополнительном времени, было очевидно, что мы должны встретиться снова. Слишком много всего произошло: было бы профессионально безответственно не предоставить ей дополнительный час. Она, казалось, не удивилась моему предложению и сразу же согласилась встретиться на следующей неделе в это же время.

«Замороженное» – этот эпитет, часто применяемый к хроническому горю, оказался в данном случае очень точным. Тело немеет; лицо неподвижно; холодные надоедливые мысли заполняют мозг. Пенни была заморожена. Сможет ли наша встреча разбить ледяную корку? Я надеялся, что сможет. Хотя я не имел представления о том, что в результате вырвется на свободу, я предвидел значительный прорыв и ждал ее следующего визита с большим любопытством.

Пенни начала этот сеанс с того, что тяжело рухнула в кресло и произнесла:

– Ну, парень, рада тебя видеть! Что за неделька была!

Она продолжала, с преувеличенным весельем сообщив мне хорошую новость: за последнюю неделю она чувствовала себя менее виноватой перед Крисси и меньше о ней думала. Плохая новость заключалась в том, что у нее произошла крупная ссора с Джимом, ее старшим сыном, и поэтому она всю неделю то злилась, то плакала.

У Пенни было двое сыновей, Brent и Jim. Оба успели бросить школу и нажить себе крупные неприятности. Шестнадцатилетний Brent отбыл срок в колонии для несовершеннолетних за участие в краже, а девятнадцатилетний Jim был уже хроническим наркоманом. Нынешняя стычка произошла на следующий день после нашей последней встречи, когда Пенни узнала, что Джим последние три месяца не вносил плату за их место на кладбище.

Место на кладбище? Наверное, я ослышался и попросил повторить. Нет, все верно, она сказала «место на кладбище». Около пяти лет назад,

когда Крисси была еще жива, но слабела, Пенни подписала контракт на дорогой участок земли на кладбище – достаточно большой, заметила она (как будто это что-то объясняло), «чтобы собрать вместе всю семью». Все члены семьи – Пенни, ее муж Джеф и двое ее сыновей – согласились, после сильного давления с ее стороны, в течение семи лет вносить свою часть суммы.

Но, несмотря на их обещания, вся тяжесть выплат легла на плечи Пенни. Джеф ушел два года назад и не желает иметь с ней ничего общего – ни с живой, ни с мертвой. Ее младший сын, находящийся сейчас в заключении, естественно, не может вносить свою долю (раньше он выделял небольшую сумму из того, что ему удавалось заработать в свободное время). А теперь она обнаружила, что Джим лгал ей и не вносил свою плату.

Я хотел было обратить ее внимание, что довольно странно было с ее стороны ожидать от этих двух молодых людей, имевших, очевидно, больше чем достаточно проблем для своего возраста, готовности оплачивать свое место на кладбище. Но Пенни продолжала перечислять душераздирающие события недели.

На следующий день после ее стычки с Джимом его спрашивали двое мужчин, очевидно, торговцев наркотиками. Когда Пенни сказала им, что Джима нет дома, один из них приказал Пенни передать ему, чтобы он вернул деньги, которые задолжал, иначе пусть забудет о возвращении домой: никакого дома не будет.

Сейчас, сказала Пенни, для нее нет ничего важнее, чем ее дом. После смерти ее отца (ей тогда было восемь лет) мать перевозила ее и сестер с квартиры на квартиру по крайней мере раз двадцать, часто оставаясь не больше двух-трех месяцев, пока их не выселяли за неуплату. Она поклялась тогда, что когда-нибудь у нее и у ее семьи будет настоящий дом – и яростно боролась за свою мечту. Ежемесячный взнос был очень высоким, и после того, как ушел Джеф, ей пришлось одной нести все расходы. Несмотря на сверхурочную работу, ей это с трудом удавалось.

Так что те двое зря так говорили с ней. После их ухода она несколько минут стояла в дверях ошеломленная; затем она стала проклинать Джима за то, что он тратил деньги на наркотики, а не на взнос за участок; и, наконец, по ее собственному выражению, она «совершенно вышла из себя» и погналась за ними. Они уже уехали, но она прыгнула в свой просторный пикап и преследовала их на бешеной скорости по шоссе, пытаясь столкнуть на обочину. Пару раз ей удалось их стукнуть, и они оторвались только потому, что гнали со скоростью больше ста миль в час.

Затем она сообщила в полицию об угрозе (умолчав, естественно, о дорожном происшествии), и всю последнюю неделю ее дом находился под постоянным полицейским патрулированием. Джим пришел домой в тот же вечер, только немного позже, и, услышав о том, что произошло, быстренько побросал в рюкзак кое-какую одежду и покинул город. С тех пор она ничего о нем не слышала.

Хотя в словах Пенни не было слышно сожаления о том, как она себя

вела, – наоборот, казалось, она рассказывает об этом с удовольствием, – все это ее, несомненно, сильно потрясло. Она чувствовала себя очень возбужденной, плохо и беспокойно спала и видела следующий замечательный сон:

Я брожу по комнатам какого-то старого учреждения. Наконец, я открываю дверь и вижу двух мальчиков, стоящих на возвышении, похожем на сцену. Они кажутся похожими на моих сыновей, но у них длинные волосы, как у девочек, и одеты они в платья. Только все как-то неправильно: платья грязные и одеты наизнанку и задом наперед. Туфли тоже одеты не на ту ногу.

Я увидел в этом сновидении столько многообещающих намеков, что не знал, с чего начать. Во-первых, я подумал об отчаянных попытках Пенни удержать всех вместе, создать прочную семью, которой у нее никогда не было в детстве, и о том, как это вылилось в ее непреклонное решение купить дом и место на кладбище. А сейчас стало очевидно, что удержаться не удалось. Ее планы и ее семья разбились вдребезги; дочь умерла, муж ушел, один сын – в тюрьме, другой – в бегах.

Все, что мне оставалось сделать, – это высказать вслух эти горькие мысли и посочувствовать Пенни. Мне очень хотелось оставить достаточно времени для обсуждения этого сна, особенно его последней части, касающейся двух ее маленьких детей. Первые сны, рассказываемые пациентами во время терапии, бывают особенно богаты деталями и часто способны прояснить очень многое.

Я попросил Пенни описать основные впечатления от этого сна. Она сказала, что проснулась в слезах, но старалась не сосредоточиваться на болезненном содержании сна.

– А как насчет двух маленьких мальчиков?

Она сказала, что было что-то трогательное и жалкое в том, как они были одеты, – туфли не на ту ногу, грязные платья наизнанку. А платья? Как насчет длинных волос и платьев? Пенни не могла объяснить это, разве что тем, что, может быть, вообще не стоило заводить мальчиков. Может быть, она хотела бы, чтобы они были девочками? Кресси была чудесным ребенком, хорошо училась, была красивой, музыкально одаренной. Кресси, как я догадывался, была тайной надеждой Пенни: именно она могла бы спасти семью от проклятья нищеты и преступлений.

– Да, – печально продолжала Пенни, – сон совершенно правильно изобразил моих сыновей – и одеты не так, и обуты не так. С ними вообще все не так – и всегда было. Они все время приносили только горе. У меня было трое детей: один ангел, а двое других – Вы только посмотрите на них: один в тюрьме, другой – наркоман. У меня было трое детей – *и умер не тот*. Пенни охнула и закрыла рот рукой.

– Я и раньше думала об этом, но никогда не говорила вслух.

– Как это звучит для Вас?

Она опустила голову, почти уронила ее на колени. Слезы стекали по

ее щекам и капали на джинсовую юбку.

– Бесчеловечно.

– Нет, наоборот. Я слышу в этом лишь человеческие чувства. Может быть, они выглядят не слишком благородными, но так уж мы устроены. Имея трех таких детей, как у Вас, и попав в подобную ситуацию, какой родитель не почувствовал бы, что умер не тот ребенок? Черт возьми, любой подумал бы то же самое!

Я не знал, чем еще ей помочь, но она ничем не подтвердила, что слушает меня, и поэтому я повторил:

– Если бы я оказался в Вашей ситуации, я чувствовал бы то же самое.

Она по-прежнему не поднимала головы, только кивнула еле заметно.

Поскольку подходил к концу наш третий сеанс, было бессмысленно притворяться, что мы с Пенни не занимаемся терапией. Поэтому я открыто это признал и предложил ей встретиться еще шесть раз и попробовать сделать все, что в наших силах. Я подчеркнул, что из-за других обязательств и запланированных поездок мы не сможем увидеться после этих шести недель. Пенни приняла мое предложение, но сказала, что у нее большие проблемы с деньгами. Могли бы мы договориться о том, чтобы она вносила плату постепенно, в течение нескольких месяцев? Я заверил ее, что терапия будет бесплатной: поскольку мы начали встречаться в рамках исследовательского проекта, то с моей стороны было бы не порядочно изменить контракт и выставить ей счет.

Фактически, мне было нетрудно принимать Пенни бесплатно: я хотел больше узнать об утрате, и она оказалась отличным учителем. Как раз на этом сеансе она подсказала мне идею, которая могла бы пригодиться в моей будущей работе с пациентами, пережившими утрату: *прежде, чем научиться жить с мертвыми, человек должен научиться жить с живыми*. Казалось, что Пенни предстоит огромная работа над ее взаимоотношениями с живыми, – особенно с ее сыновьями и, возможно, с мужем. И я решил для себя, что именно этим мы займемся в оставшиеся шесть недель.

Умер не тот. Умер не тот. Следующие два наших сеанса состояли из многочисленных вариаций на эту болезную тему – процедура, известная профессионалам как «проработка» (working through). Пенни выражала глубокое негодование на своих сыновей – негодование не столько по поводу того, *как* они жили, сколько по поводу того, что они *вообще* жили. Только когда она осмелилась высказать все то, что чувствовала в течение последних восьми лет (с тех пор, как впервые услышала, что ее Крисси смертельно больна), – что она махнула рукой на своих сыновей; что Brent в шестнадцать лет уже безнадежен; что она годами молилась о том, чтобы тело Джима перешло к Крисси («Зачем оно ему? Он все равно собирается убить его – либо наркотиками, либо СПИДом. Почему его тело нормально работает, а маленькое тело Крисси, которое она так любила, съедено раком?») – только после того, как Пенни высказала все это, она смогла остановиться и осмыслить все, что сказала.

Мне оставалось только сидеть и слушать и время от времени уверять

ее, что это вполне человеческие чувства, и она – всего лишь человек, если думает так. Наконец, настало время перевести внимание на ее сыновей. Я стал задавать ей вопросы – сначала мягко, но постепенно все резче и резче.

Всегда ли ее сыновья были трудными? Родились ли они трудными? Что в их жизни могло подтолкнуть их к тому выбору, который они сделали? Что они испытывали, когда умирала Крисси? Насколько они были напуганы? Говорил ли кто-нибудь с *ними* о смерти? Как они отнеслись к покупке места для захоронения – места рядом с Крисси? Что они чувствовали, когда их бросил отец?

Пенни мои вопросы не понравились. Вначале они ее испугали, затем стали раздражать. Постепенно она стала понимать, что никогда не рассматривала то, что происходило в семье, с точки зрения ее сыновей. У нее никогда не было по-настоящему близких и теплых отношений с мужчиной, и, возможно, ее сыновья мстили ей за это. Мы поговорили о мужчинах в ее жизни: об отце (не оставившем следа в ее собственной памяти, но оживавшем в рассказах матери) – он предал ее, умерев, когда ей было восемь лет; о любовниках ее матери – чередой сомнительных ночных персонажей, исчезавших при свете дня; о первом муже, бросившем ее через месяц после свадьбы, когда ей было семнадцать лет; о втором – грубом алкоголике, покинувшем ее в горе.

Несомненно, в последние восемь лет она пренебрегала мальчиками. Пока Крисси болела, Пенни проводила с ней невероятно много времени. После смерти Крисси Пенни все еще не могла ничем помочь своим сыновьям: досада, которую она чувствовала по отношению к ним только потому, что они живы, а Крисси – нет, создавала между ними стену отчуждения. Ее сыновья выросли трудными и нелюдимыми, но однажды, прежде чем окончательно отвернуться от нее, они сказали ей, что нуждаются в ней: они хотели, чтобы она уделяла им тот час, который она проводила каждый день на могиле Крисси.

Как подействовала смерть на ее сыновей? Мальчикам было восемь лет и одиннадцать, когда у Крисси началась смертельная болезнь. Они могли быть напуганы тем, что произошло с их сестрой; они тоже могли тосковать по ней; они могли осознать неизбежность собственной смерти и прийти в ужас от этого, – ни одну из этих возможностей Пенни никогда не рассматривала.

Был еще вопрос по поводу спальни ее сыновей. В маленьком домике Пенни было три маленькие спальни, и мальчики всегда жили вместе, а у Крисси была отдельная комната. Без сомнения, это возмущало их, пока Крисси была жива, но каким должно было быть их негодование теперь, когда Пенни отказалась отдать им комнату сестры после ее смерти? И что они чувствовали, видя листок с последней волей Крисси, в течение последних четырех лет приклеенный к холодильнику намагниченной железной клубничкой?

А представьте себе, как они должны были быть возмущены попыткой Пенни сохранить память о Крисси, продолжая, например, праздновать ка-

ждый год ее день рожденья! А что она делала в *их* дни рожденья? Пенни покраснела и буркнула неприветливо: «Обычные вещи». Я знал, что угадал.

Возможно, брак Пенни и Джефа с самого начала был обречен, но казалось понятным, почему окончательное расставание было ускорено именно горем. Пенни и Джеф переживали горе совершенно по-разному: Пенни погрузилась в воспоминания, а Джеф предпочитал подавление и отстранение. В данном случае было неважно, были ли у них совпадения в чем-то другом; главное, что они совершенно не совпадали по своим способам переживания горя, каждый из них предпочитал делать нечто абсолютно неприемлемое для другого. Как мог Джеф забыть, если Пенни увешала все стены рисунками Крисси, спала в ее постели, превратила ее комнату в музей? Как могла Пенни выплеснуть свое горе, если Джеф отказывался даже говорить о Крисси, если он отказался (что вызвало ужасный скандал) через полгода после смерти Крисси посетить выпускную церемонию в ее классе?

На пятом сеансе наша работа над тем, как научиться лучше жить с живыми, была прервана неожиданным вопросом Пенни. Чем больше она думала о своей семье, о своей умершей дочери, о двоих своих сыновьях, тем чаще она спрашивала себя: «Для чего я живу? Какой в этом смысл?» всю свою сознательную жизнь она руководствовалась одним принципом: обеспечить своим детям более достойную жизнь, чем у нее. Но теперь, через двадцать лет, к чему она пришла? На что она потратила свою жизнь? И есть ли какой-то смысл продолжать сейчас в том же духе? Зачем гробить себя ради взноса за будущие похороны? Есть ли у всего этого будущее?

Таким образом, мы изменили курс. Мы ушли от обсуждения отношений Пенни с сыновьями и бывшим мужем и начали рассматривать другую важную составляющую родительской утраты – потерю смысла жизни. Потерять родителей или старого друга часто означает потерять прошлое: человек, который умер, может быть, был единственным свидетелем золотых дней далекого прошлого. Но потерять ребенка – значит потерять будущее; потерянное есть ни что иное как жизненный замысел – то, для чего человек живет, как он проецирует себя в будущее, как он надеется обмануть смерть (ведь ребенок – это залог нашего бессмертия). Таким образом, на профессиональном языке утрата родителей – это «утрата объекта» (где «объект» является важнейшей фигурой, конституирующей внутренний мир человека), в то время как утрата ребенка есть «утрата проекта» (утрата главного организующего жизненного принципа человека, определяющего не только *зачем*, но и *как* жить). Неудивительно, что потеря ребенка – это самая тяжелая утрата из всех, и что многие родители скорбят и через пять, и через десять лет, а некоторые так и не могут оправиться.

Но мы не слишком далеко продвинулись в обсуждении жизненной цели (чего я особенно и не ожидал: отсутствие цели – это проблема *жизни* вообще, а не только чьей-то частной жизни), как Пенни снова сменила курс. К тому времени я стал уже привыкать, что на каждом сеансе ее интересуется новая проблема. Дело не в том, что она была неспособна сосредото-

читься на чем-то одном, как мне вначале казалось. Наоборот, она с редким мужеством вскрывала все новые и новые пласты своего горя. Как много пластов она еще мне откроет?

Она начала сеанс – седьмой, насколько я помню, – с рассказа о двух событиях: об одном ярком сновидении и о состоянии «помрачения сознания». Помрачение состояло в том, что она «очнулась» в аптеке (в той самой, где она уже однажды до этого очнулась, держа плюшевую игрушку), плача и сжимая в руке документ об окончании школы.

Сновидение же, хотя и не было кошмаром, было наполнено тревогой и тоской:

Идет свадьба. Крисси выходит замуж за соседского парня – турка по национальности. Я должна переодеться. Я нахожусь в большом, доме, имеющем форму подковы, со множеством маленьких комнат. Я открываю комнаты одну за другой, пытаюсь найти подходящее место, чтобы переодеться. Я все ищу и не могу найти нужную комнату.

И через некоторое время – еще один «запоздалый» фрагмент:

Я в большом поезде. Мы едем все быстрее и быстрее и поднимаемся высоко в небо по огромному мосту. Это очень красиво. Множество звезд. Где-то там, то ли как надпись, то ли просто мысленно (ведь я не могу прочесть его) возникает слово «эволюция», которое вызывает почему-то очень сильные эмоции.

Один из уровней сновидения относился к Крисси. Мы поговорили немного о том, что ее замужество в этом сне означало что-то плохое. Возможно, жених олицетворял смерть: было ясно, что совсем не замужества хотела Пенни для своей дочери.

А эволюция? Пенни сказала, что больше не чувствует связь с Крисси, когда посещает кладбище (теперь только два-три раза в неделю). Возможно, эволюция означает, предположил я, что Крисси действительно перешла в другую жизнь.

Возможно, но у Пенни было лучшее объяснение той тоски, которая охватила ее и во сне, и в состоянии помрачения сознания. Когда она пришла в себя в аптеке, у нее было острое чувство, что выпускной документ в ее руках – не Крисси (которая должна была бы в это время окончить школу), а ее собственный. Пенни так и не окончила школу, и Крисси должна была сделать это за них обеих (а также за них обеих поступить в Стэнфорд).

Сон о свадьбе и поиске гардеробной комнаты был, как думала Пенни, о ее собственных неудачных замужествах и ее нынешней попытке изменить свою жизнь. Ее ассоциации относительно здания во сне подтвердили эту версию: оно немного напоминало клинику, где располагался мой кабинет.

Эволюция тоже относилась не к Крисси, а к ней самой. Пенни была готова измениться и стать другой. Она страстно желала изменить свою

судьбу и войти в приличное общество. Годами она слушала в своем такси кассеты для самообразования – о правильной речи, о великих книгах, о произведениях искусства. Она чувствовала себя способной, но никогда не развивала свои таланты, потому что с тринадцати лет вынуждена была зарабатывать себе на жизнь. Если бы только она могла перестать работать, начать делать что-то для себя, закончить школу, поступить на полное время в колледж, учиться и «взлететь» над всем этим (вот почему поезд во сне поднялся в небо!).

Акцент наших разговоров с Пенни стал меняться. Вместо того, чтобы говорить о трагедии Крисси, она в течение следующих двух часов описывала трагедию своей собственной жизни. Когда мы подошли к нашему девятому и последнему сеансу, я пожертвовал остатками своей твердости и предложил Пенни три дополнительные встречи, как раз перед самым моим отъездом в отпуск. По ряду причин мне было трудно прервать терапию: глубина ее страданий заставляла меня побыть с ней подольше. Я был встревожен ее клиническим состоянием и чувствовал себя ответственным за него; с каждой неделей, по мере появления нового материала, она становилась все более подавленной. Я был восхищен тем, как она использует терапию: у меня никогда не было столь продуктивно работавшего пациента. Наконец, надо все-таки честно признать, я был потрясен разворачивающейся передо мной драмой, каждую неделю демонстрирующей мне новый, волнующий и абсолютно непредсказуемый эпизод.

Пенни вспоминала свое детство в Атланте, штат Джорджия, как совершенно безрадостное и тоскливое. Ее мать, озлобленная, подозрительная женщина, надрывалась, чтобы одеть и накормить Пенни и двух ее сестер. Ее отец зарабатывал на жизнь посыльным в универмаге, но был, если верить оценкам матери, грубым и мрачным человеком, который умер от алкоголизма, когда Пенни было восемь лет. Когда это произошло, все изменилось. Не было денег. Мать работала прачкой по двенадцать часов в день и большинство ночей проводила в местном баре, пытаясь подцепить мужика. Именно тогда у Пенни началась беспризорная жизнь.

С тех пор семья никогда больше не имела постоянного дома. Они переезжали из одной трущобы в другую, часто их выселяли за неуплату. Пенни начала работать в тринадцать лет, бросила школу в пятнадцать, стала алкоголичкой в шестнадцать, вышла замуж и развелась в восемнадцать, снова вышла замуж и сбежала на Западное побережье в девятнадцать, где и родила трех детей, купила дом, похоронила дочь, развелась с мужем и приобрела в кредит большой участок кладбищенской земли.

Я был особенно потрясен двумя главными темами в рассказе Пенни о своей жизни. Одна тема касалась ее невезения, того, что карты выпали для нее неудачно, когда ей было восемь лет. Всю последующую жизнь главным ее желанием как для себя, так и для Крисси было, чтобы у нее денег «куры не клевали».

Другой темой было «бегство», не только физическое бегство из Атланты, от своей семьи, от всего круга нищеты и алкоголизма, но попытка

избежать судьбы «сумасшедшей старухи», какой стала ее мать. Недавно Пенни узнала, что за последние несколько лет ее мать несколько раз попала в психиатрическую больницу.

Избежать своей судьбы – судьбы своего социального класса и своей личной судьбы «бедной сумасшедшей старухи» – было главным мотивом жизни Пенни. Она пришла ко мне, чтобы избежать сумасшествия. Она сказала, что сможет позаботиться о том, чтобы избежать бедности. И действительно, именно стремление избежать своей судьбы подогревало ее трудовой энтузиазм и заставляло работать сверхурочно.

Ирония была еще и в том, что ее стремление избежать судьбы бедняка и неудачника было остановлено лишь более фатальной судьбой – конечностью жизни. Пенни значительно меньше, чем большинство из нас, осознавала неизбежность смерти. Она была воплощением активной личности – я вспомнил о ее погоне по шоссе за наркодельцами – и одна из самых трудных вещей, с которыми ей пришлось столкнуться в связи со смертью Крисси, была ее собственная беспомощность.

Несмотря на то, что я привык к неожиданным саморазоблачениям Пенни, я не был готов к той бомбе, которую она взорвала на нашем одиннадцатом, предпоследнем сеансе. Мы говорили об окончании терапии, и она сказала, как она привыкла к нашим встречам и как ей будет трудно простаться со мной на следующей неделе, что эта потеря будет еще одной в списке ее утрат. И вдруг она упомянула вскользь:

– Я когда-нибудь говорила Вам, что в шестнадцать лет родила близнецов?

Я хотел закричать: «Что? Близнецы? В шестнадцать лет? Что Вы подразумеваете под «Я когда-нибудь говорила Вам»? Черт возьми, Вы прекрасно знаете, что не говорили!» Но, имея в своем распоряжении лишь остаток этого сеанса и следующий, я вынужден был проигнорировать способ, каким она сделала это признание, и заняться самой новостью.

– Нет, никогда. Просветите меня.

– Ну, я забеременела в 15 лет. Поэтому я и бросила школу. Я никому не говорила, пока не стало слишком поздно что-либо делать, и пришлось рожать. Это оказались девочки-близнецы.

Пенни остановилась – у нее запершило в горле. Очевидно, говорить об этом было намного труднее, чем она пыталась изобразить.

Я спросил, что случилось с близнецами.

– Служба социального обеспечения признала меня неспособной быть матерью, – полагаю, они были правы, – но я отказалась отдать детей и попыталась заботиться о них сама, но через полгода их все-таки забрали. Я навещала их пару раз, пока их не пристроили. С тех пор я ни разу ничего о них не слышала. Никогда не пыталась ничего выяснить. Я уехала из Атланты и никогда не оглядывалась назад.

– Вы часто думаете о них?

– Раньше нет. Я вспоминала о них всего пару раз после смерти Крисси, а в последние две недели я думаю о них постоянно. Где они, как они

поживают, богаты ли они? Это было единственное, о чем я просила агентство по усыновлению. Они сказали, что постараются. Сейчас я все время читаю в газетах истории о бедных матерях, продающих детей богатым семьям. Но что, черт возьми, я знала тогда?

Мы провели остаток этого и часть последнего сеанса, обсуждая подробности этой новой информации. Любопытно, но ее признание помогло нам найти способ окончания терапии, поскольку позволило замкнуть круг, вернув нас к началу терапии, к ее до сих пор не разгаданному сну, в котором двое ее маленьких сыновей, одетых как девочки, были выставлены на обозрение в учреждении. Смерть Крисси и разочарование Пенни в ее сыновьях должны были обострить ее скорбь об оставленных девочках, должны были заставить ее почувствовать, что не только не тот ребенок умер, но и не те дети были отданы на усыновление.

Я спросил, чувствует ли она вину за то, что оставила своих детей. Пенни ответила, что объективно то, что она сделала, было лучше и для нее, и для них. Если бы в шестнадцать лет ей пришлось растить двух детей, она опустилась бы до той жизни, какую вела ее мать. И это было бы кошмаром для детей; она ничего не могла бы дать им как мать-одиночка.

Тут я понял, наконец, почему Пенни откладывала разговор о своих близнецах. Ей было стыдно, стыдно сказать мне, что она не знает, кто их отец. В то время она вела крайне беспорядочную половую жизнь; фактически она была «потаскухой из школьного туалета» (ее выражение), и отцом мог быть любой из десяти парней. Никто в ее нынешней жизни, даже ее муж, не знал ни о ее прошлом, ни о близнецах, ни о ее школьной репутации – от этого она тоже пыталась убежать.

Она закончила сеанс словами:

– Вы единственный человек, который это знает.

– Что Вы чувствуете, рассказывая мне об этом?

– У меня смешанное чувство. Я много думала о том, чтобы рассказать Вам. Я разговаривала с Вами всю неделю.

– Что значит *смешанное*?

– Страшно, хорошо, плохо, высоко, низко, – выпалила Пенни. Не выдержав обсуждения более тонких чувств, она начала раздражаться. Но потом прислушалась к себе и успокоилась.

– Вероятно, я боюсь, что Вы осудите меня. Я хочу, чтобы во время нашей последней встречи на следующей неделе Вы все еще уважали меня.

– А Вы сомневаетесь в моем уважении?

– Откуда мне знать? Вы только и делаете, что задаете вопросы.

Она была права. Мы подошли к концу нашего одиннадцатого сеанса – у меня больше не было времени увливать.

– Не беспокойтесь об этом, Пенни. Чем больше я узнаю Вас, тем больше Вы мне нравитесь. Я полон восхищения тем, что Вам удалось преодолеть и совершить в жизни.

Пенни разрыдалась. Она показала на свои часы, напоминая мне, что наше время кончилось, и выскочила из кабинета, прикрыв лицо салфеткой.

Через неделю на нашей последней встрече я узнал, что рыдания продолжались почти все время. По дороге домой после предыдущего сеанса она зашла на кладбище, села напротив могилы Крисси, и, как она часто делала, стала оплакивать свою дочь. Но в тот день слезы никак не кончались. Она легла на землю, обняв надгробие Крисси, и рыдала все сильнее и сильнее – уже не только о Крисси, но и обо всех остальных – обо всех, кого она потеряла.

Она оплакивала своих сыновей, их изуродованные жизни, навсегда упущенные годы. Она оплакивала двух потерянных дочерей, которых никогда не знала. Своего отца – каким бы он ни был. Даже свою старую нищую мать и сестер, которых она вычеркнула из своей жизни двадцать лет назад. Но больше всего она оплакивала себя – ту жизнь, о которой она мечтала, но которой никогда не имела.

Вскоре наше время истекло. Мы встали, подошли к двери, пожали друг другу руки и расстались. Я наблюдал, как она спускается по лестнице. Она заметила это, повернулась ко мне и сказала:

– Не беспокойтесь обо мне. Со мной все будет хорошо. Помните, – она показала на серебряную цепочку у себя на шее – я всегда была ребенком со своим ключом.

ЭПИЛОГ

Я еще раз встречался с Пенни год спустя, когда вернулся из отпуска. К моему облегчению, ей стало намного лучше. Хотя она и уверяла меня, что с ней все будет в порядке, я очень волновался за нее. У меня никогда не было пациентки, которая была бы готова раскрыть столь болезненный материал за такое короткое время. Которая бы так шумно плакала. (Моя секретарша, сидевшая в соседней комнате, обычно уходила на длительный обеденный перерыв во время моих сеансов с Пенни.)

На первом сеансе Пенни сказала мне: «Помогите мне только начать. Об остальном я сама позабочусь». В результате так и получилось. В течение года после наших встреч Пенни не консультировалась с тем терапевтом, которого я ей рекомендовал, а продолжала работать самостоятельно.

На нашем последнем сеансе стало ясно, что ее горе, которое вначале было таким жестким и застывшим, стало более подвижным. Пенни все еще оставалось одержимой, но демоны терзали теперь ее настоящее, а не прошлое. Теперь она страдала не оттого, что забыла обстоятельства смерти Крисси, а из-за того, что пренебрегала своими сыновьями.

Фактически, ее поведение по отношению к сыновьям было наиболее ощутимым показателем перемен. Оба ее сына вернулись домой; и, хотя их конфликты с матерью не прекратились, характер их изменился. Пенни теперь ругалась с ними не из-за взноса за место на кладбище и празднования дня рождения Крисси, а из-за аренды Брентом пикапа и неспособности Джима удержаться на работе.

Кроме того, Пенни продолжала отделять себя от Крисси. Ее визиты на кладбище стали более редкими и короткими; она отдала большую часть

одежды и игрушек Крисси и разрешила Бренту занять ее комнату; она сняла завешание Крисси с холодильника, перестала звонить ее друзьям и воображать себе события, которые могла бы пережить Крисси, если бы была жива, – например, ее выпускной бал или поступление в колледж.

Пенни выстояла. Думаю, я не сомневался в этом с самого начала. Я вспомнил нашу первую встречу и свою озабоченность тем, как бы не «влипнуть» и не начать заниматься с ней терапией. Но Пенни добилась того, чего хотела: прошла бесплатный курс терапии у профессора Стэнфордского университета. Как это произошло? Просто так получилось? Или я подвергся искусной манипуляции?

Или, может быть, я сам манипулировал? На самом деле это неважно. Я ведь тоже извлек немалую пользу из наших отношений. Я хотел больше узнать об утрате, и Пенни, всего за двенадцать часов, открывая слой за слоем, обнажила передо мной самую сердцевину горя.

Во-первых, мы обнаружили чувство вины – состояние, которого не избежал почти никто из родителей погибшего ребенка. Пенни испытывала вину за свою амнезию, за то, что не поговорила со своей дочерью о смерти. Другие родственники погибших испытывают вину за что-то другое: за то, что недостаточно сделали, не оказали вовремя медицинскую помощь, мало заботились, мало ухаживали. Одна моя пациентка, исключительно заботливая жена, неделями почти не отходившая от постели своего мужа в течение последней госпитализации, несколько лет не могла простить себе, что вышла купить газету и не была с ним в последние минуты.

Чувство, что ты должен был сделать что-то большее, отражает, как мне кажется, скрытое желание контролировать неконтролируемое. В конце концов, если человек виноват в том, что не сделал что-то, что должен был сделать, то из этого следует, что нечто *можно было сделать* – удобная мысль, отвлекающая нас от нашей жалкой беспомощности перед лицом смерти. Закованные в искусно выстроенную иллюзию безграничных возможностей, мы все, по крайней мере до наступления кризиса середины жизни, уповаем на то, что наше существование – бесконечно восходящая спираль достижений, зависящих только от нашей воли.

Эта удобная иллюзия может разбиться о какое-нибудь острое и неотменимое переживание, которое философы иногда называют «пограничным состоянием». Из всех возможных пограничных состояний ни одно не сталкивает нас столь грубо с конечностью и случайностью (и ни одно не способно вызвать столь внезапные и драматические личностные изменения), как неизбежность нашей собственной смерти. Другое пограничное переживание, которое невозможно игнорировать, – это смерть значимого другого – любимого мужа, жены или друга, – которая разбивает иллюзию нашей собственной неуязвимости. Для большинства людей самая невыносимая потеря – это смерть ребенка. В этом случае жизнь, кажется, дает трещины со всех сторон: родители чувствуют свою вину и страх за свою собственную беспомощность; они озлоблены на бездействие и кажущуюся бесчувственность медиков; они могут роптать на несправедливость Бога и

вселенной (многие, в конце концов, приходят к пониманию того, что то, что раньше казалось им справедливостью, на самом деле – космическое равнодушие). Родители, потерявшие детей, сталкиваются и с очевидностью собственной смерти: они не могли уберечь своего беззащитного ребенка, и с неумолимой неизбежностью они понимают горькую истину, что и они, в свою очередь, ничем не защищены. «И поэтому, – как сказал Джон Донн, – никогда не спрашивай, по ком звонит колокол, – он звонит по тебе».

Хотя страх Пенни перед своей собственной смертью и не проявился открыто в нашей терапии, он обнаружил себя косвенно. Например, она очень беспокоилась об «уходящем времени» – слишком мало времени у нее осталось, чтобы получить образование, взять отпуск, оставить после себя наследство; и слишком мало времени, чтобы завершить нашу совместную работу. Кроме того, в самом начале терапии она обнаружила очевидное доказательство страха смерти в сновидениях. Два раза ей снилось, что она тонет: в первом сне она хватается за хлипкие плавучие доски, а уровень воды неумолимо приближается к ее рту; в другом она цепляется за тонущие остатки своего дома и зовет на помощь доктора, одетого в белый халат, который вместо того, чтобы вытащить ее, ставит штамп на ее пальцы.

Работая с этими снами, я не обращался к ее представлениям о смерти. Двенадцать часов терапии – слишком короткий срок, чтобы определить, выразить и конструктивно проработать страх смерти. Вместо этого я использовал материал сновидений, чтобы исследовать темы, уже всплывшие в ходе нашей работы. Такое прагматическое использование сновидений типично для терапии. Сновидения, как и симптомы, не имеют однозначного объяснения: они множественно детерминированы и содержат множество смысловых уровней. Никогда нельзя проанализировать сон до конца; большинство психотерапевтов используют сны, исходя из их целесообразности, разрабатывая те темы сновидения, которые соответствуют текущей стадии терапевтической работы.

Поэтому я сосредоточился на теме потери дома и размывания всех оснований ее жизни. Я также использовал эти сны для работы с нашими отношениями. Погружение в глубокую воду часто означает во сне акт погружения в глубины бессознательного. И, конечно, именно я был тем доктором в белом халате, который вместо того, чтобы помочь ей, штамповал ее пальцы. Обсуждая этот сон, Пенни в первый раз призналась, что ей не хватает моей поддержки и моего руководства, и возмутилась моими попытками рассматривать ее не как пациентку, а как объект исследования.

Я использовал рациональный подход, работая с ее чувством вины и ее цеплянием за память о дочери: я указал ей на противоречие между ее поведением и ее верой в реинкарнацию. Хотя такая апелляция к разуму редко бывает эффективной, Пенни была на редкость собранным и сильным человеком, чтобы отреагировать на убедительные доводы.

На следующей стадии терапии мы пытались воплотить идею о том,

что «прежде, чем научиться жить с умершими, нужно научиться жить с живыми». Сейчас я уже не помню, чьи это были слова – мои, Пенни или совместные – но я уверен, что именно она помогла мне осознать важность этого правила.

Во многих отношениях именно ее сыновья были подлинными жертвами трагедии – что часто случается с братьями и сестрами погибших детей. Иногда, как в семье Пенни, оставшиеся в живых дети страдают из-за того, что слишком много родительского внимания уделяется умершему ребенку, которого боготворят и идеализируют. Некоторые дети начинают испытывать ненависть к своим умершим брату или сестре за то, что те отбирают у них время и энергию их родителей. Часто ненависть и возмущение существуют бок о бок с их собственным горем и сочувствием родителям. Такая комбинация является верным рецептом возникновения у ребенка стойкого чувства вины и собственной никчемности.

Другой возможный сценарий, которого Пенни, к счастью, избежала, – это немедленное рождение другого ребенка взамен умершего. Обстоятельства часто благоприятствуют такому развитию событий, но в результате часто еще больше проблем возникает, чем решается. Во-первых, это может разрушить отношения с другими детьми. Кроме того, «замещающий» ребенок тоже страдает, особенно если горе родителей осталось неразрешенным. Ребенку довольно трудно расти, неся на себе груз родительских надежд на то, что он достигнет тех целей, которых им не удалось реализовать в жизни, и дополнительное бремя – быть воплощением духа умерших брата или сестры – может разрушить тонкий процесс формирования детской индивидуальности.

Еще один типичный сценарий – это преувеличенная забота родителей об оставшихся детях. Я узнал впоследствии, что Пенни пала жертвой этого развития событий: она стала беспокоиться о том, как бы с ее сыновьями не произошло дорожное происшествие, не хотела давать им свой пикап и наотрез запретила им купить мотоцикл. Кроме того, она настаивала на том, чтобы они постоянно проходили медицинское обследование по поводу рака.

При обсуждении ее сыновей я чувствовал, что мне следует действовать осторожно, и довольствовался тем, что помогал ей взглянуть на смерть Крисси с их точки зрения. Я не хотел, чтобы чувство вины Пенни, так долго ее мучившее, «открыло» для себя новый объект и стало терзать ее за пренебрежение своими мальчиками. В конце концов, через несколько месяцев оно у нее все-таки возникло, но к тому времени она уже была более способна справиться с ним, изменив свое отношение к детям.

Судьба брака Пенни, к сожалению, очень типична для семей, потерявших ребенка. Исследование показало – вопреки ожиданию, что трагическая смерть ребенка сплотит семью, – что у многих родителей, потерявших детей, возрастает неблагополучие в браке. Последовательность событий в браке Пенни стереотипна: муж и жена переживают горе по-разному – фактически, диаметрально противоположным образом; они часто неспо-

собны понять друг друга; скорбь одного мешает скорби другого, вызывая трения, отчуждение и, наконец, разрыв.

Терапия может многое предложить родителям, переживающим горе. Супружеская терапия может выявить источники напряжения в браке и помочь каждому из партнеров понять особенности переживания горя другим. Индивидуальная терапия может помочь смягчить разрушительные страдания. Хотя я всегда осторожно отношусь к обобщениям, но в этом случае обычно срабатывают стереотипы мужественности и женственности. Многие женщины, как Пенни, нуждаются в том, чтобы уйти от навязчивого выражения своей утраты и вернуться к заботам о живых, к планам на будущее, ко всему, что может внести смысл в их собственную жизнь. Мужчин обычно нужно учить выражать и разделять с другими свою печаль (а не подавлять и отрицать ее).

На следующей стадии проработки своего горя Пенни с помощью двух сновидений – о парящем поезде и эволюции и о свадьбе и поиске гардеробной – пришла к исключительно важному открытию, что ее скорбь о Крисси была смешана с ее скорбью о самой себе и своих нереализованных желаниях и возможностях.

Окончание наших отношений привело Пенни к обнаружению последнего пласта горя. Она боялась окончания терапии по нескольким причинам: естественно, она лишилась бы моей профессиональной поддержки и меня лично – в конце концов, я был первым мужчиной, которому она доверяла и от которого приняла помощь. Но, кроме того, сам факт окончания работы вызвал живые воспоминания обо всех мучительных утратах, которые она пережила, но никогда не разрешала себе до конца прочувствовать и оплакать.

Тот факт, что большая часть открытий Пенни во время терапии произошли по ее собственной инициативе и были ее собственным достижением, служит важным уроком для терапевтов, напоминая утешительную мысль, которой поделился со мной учитель в самом начале моего обучения: «Помни, ты не должен делать всю работу. Ограничивайся тем, что помогаешь пациентам понять, что нужно делать, и затем доверься их собственному стремлению к изменению».

Перевод А.Фенько