

POST SCRIPTUM К СТАТЬЕ О БОЛИ

Е.В.ШЕРЯГИНА

Я с большим нетерпением ждала выхода второго номера Московского психотерапевтического журнала, где, как я знала, будет опубликована та часть работы с зубной болью, в которой я принимала участие. Прочитав статью, я испытала странные чувства: с одной стороны, вроде бы все так и было, а, с другой стороны, мне хотелось после некоторых абзацев поставить скобки и дописать что-то вроде: «Да это на самом деле сделала не я» или «А я-то думала, что вот эти мои слова вызвали совсем другой образ». В общем-то, что тогда мне казалось удачным, на самом деле ничем не было, а то, что повлияло, мне не казалось достойным внимания. В результате у меня исчезли последние иллюзии, что я хоть как-то влияла на этот процесс (я имею в виду сознательно), и я стала испытывать назойливое желание оправдаться, так как постоянно чувствовала, что ввела всех в заблуждение. Тем более, что меня там хвалили. Таким образом, эта работа будет небольшим дополнением к той статье, почти так же, как это было на сессии, когда стихи создавал пациент, а моя роль заключалась в подсказках-рифмах. Поэтому тем, кто будет читать дальше, придется взять второй номер журнала.

Вначале у меня была такая гипотеза: поскольку изначально заявлено, что пациент еще находится в анестезии, то есть практически в измененном состоянии сознания, то можно попытаться оттолкнуться от этого, и задержать его там, используя наведение транса. О том, что делать дальше, я не имела ни малейшего понятия, но меня уже «вызвали к доске», и я решила сосредоточиться пока на этом. Ситуация осложнялась тем, что и это для меня было далеко не простой задачей. Поразмыслив, я решила спросить, как именно чувствуется анестезия, упомянув, что у меня ее никогда не было, и корыстно надеясь, что Федор Ефимович начнет объяснять, а там, может быть, и застрянет в подробностях. Напомню несколько слов из этого описания (точную запись можно посмотреть в статье Ф.Е.): «отлежать руку... рука замерзла на морозе... чувство одеревенения». К этому я еще хочу добавить то, что вспомнилось – «когда отлежишь руку, чувствуешь сначала онемение, а затем покалывание». В следующей фразе я пыталась уточнить, насколько пациент страшится

боли, отчасти потому что это делал сам Ф.Е. в сеансе с Мариной З., отчасти потому что я очень неуверенно себя чувствовала, и мне требовалось разрешение на само упоминание о боли – вдруг он даже слышать об этом не хочет. Ответ я просто процитирую, потому что не запомнила его. «Нет, чувства страха нет, но я знаю, что боль наступит. Это как со смертью, знаешь ее неизбежность, но страха обычно нет. Помните, кажется, в переводах Маршака: «И сознавая жизни быстротечность, / Он так живет наперекор всему, / Как будто жить рассчитывает вечность...»?» Тогда я не придавала этим словам особого значения, они остались для меня на втором плане, вызвав лишь растерянность от того, как можно: во-первых, сравнивать боль со смертью, и во-вторых, сознавая неизбежность смерти, ее не бояться. Короче говоря, эти ассоциации мне были как-то совсем не близки, и чувство «несовпадения» с пациентом привело к тому, что смысл этой фразы так и остался для меня неясным. Как факт я приняла только то, что существует какая-то смутная для меня связь этих слов с зубной болью, и «задвинула» их подальше. В сознании осталась какая-то пространственно-временная ассоциация и слово «вечность», которое нелепо повисло где-то. Испытывая чувство неполноценности от того, какие мы все-таки разные люди, я буквально ощущала, насколько это другой человек. Дело было даже не в том, что я чувствовала себя, мягко говоря, неумной; я как будто очутилась на границе неизвестной мне страны, не зная языка и без словаря в кармане. (Особенно меня добила стихи неизвестного мне автора, которые цитировал Ф.Е. так, словно я их действительно помню). Я пишу об этом подробно потому, что такие моменты возникали у меня еще не раз на протяжении сеанса. Собственно, поэтому я сосредоточилась на телесных ощущениях и повела беседу об онемении, одеревенении и прочем, наивно надеясь, что если я это все вызову у себя (используя указания пациента), то ему это поможет. Пациент действительно подсказывал мне, я говорила о своих ощущениях («вы сказали, что чувствуете... я тоже чувствую... моя рука немеет... это ощущение распространяется дальше...»), его фразы становились все короче, пока он окончательно не замолк. К счастью, я сейчас не могу воспроизвести, что я тогда говорила, думаю, единственный смысл этого состоял в определенном гипнотическом ритме, который, как я предполагаю, привел к трансовому состоянию. У меня были некоторые сомнения относительно этого, но когда через некоторое время Ф.Е. сказал: «Прошу прощения, я немного отвлекся и не слышал, что вы говорили», я радостно решила, что все в порядке – отвлекся, не слышал, значит в транс. (После прочтения статьи, где этот момент описан, я поняла, что повода для радости было немного, хотя я до сих пор не могу отказаться от своего тогдашнего ощущения.) До образа зимней реки, о котором дальше пишет Ф.Е., было еще далеко. Помню, что потом я вернулась к началу (там еще хватало слов в списке), и попыталась на этот раз связать продление анестезии с тем

неясным ощущением времени-пространства, которое оставалось тогда после его слов, добавив вечность, существующую в моем сознании совершенно отдельно. Ничего хорошего из этого не получилось. Мои ассоциации на эту тему выглядели, как космические картинки: ночное небо темно-синего цвета, мерцающие звезды, бесконечность Вселенной, покой, тишина, и, разумеется, вечность. Я, наверное, еще долго путешествовала бы по бескрайним просторам, но Ф.Е., поморщившись, сказал: «Нет, нет, у меня, знаете, другое представление о вечности». Это был как раз один из тех моментов, о которых я уже говорила. Оставался мороз («рука замерзла на морозе», «заморозка» – синоним анестезии, онемение). Наверное, нелепо выглядит прямолинейность и механистичность моих тщетных попыток, но добавить нечего. «Зима, – предложила я пациенту еще один вариант, – снежное, бескрайнее поле... снежинки... бесшумно падают... сугробы мягкого, рыхлого снега... хочется упасть в сугроб и заснуть...». «Нет, нет, – поспешно сказал Ф.Е., – мне туда не хочется». Сейчас мне самой странно, как такая бредовая мысль могла прийти мне в голову, но тогда я часто хотела заснуть и подольше не просыпаться, и мысль о том, что можно совсем не проснуться, меня совершенно не пугала (говорят, когда человек в сугробе засыпает, ему не холодно, а даже тепло и уютно). Вот так пациент чуть не стал жертвой моих суицидальных мыслей, за что я сейчас и приношу свои извинения. Честно говоря, мне казалось, что появившийся далее образ зимней реки пришел именно ко мне, но времени прошло уже много, и, наверное, это был тот случай, когда мысль висела в воздухе. Правда, как выяснилось позже, образы у нас были разные. Хочу пояснить, с чем это было связано у меня. Идея заключалась о следующем: анестезия вызывает чувство скованности, онемения, невозможности двигать челюстью. Заканчивается «заморозка» постепенно, и боль появляется сначала, как я поняла, внутри, постепенно распространяясь. Эта боль мне виделась как что-то текущее внутри неподвижной челюсти (река подо льдом). То есть необходимо замедлить течение (скорость) и сделать корку льда потолще. Проложив мысленно через заснеженное поле и неправильные сугробы реку, я начала рисовать темный от толщины лед, прозрачный, сквозь который можно было разглядеть течение. То, что образ подошел, я поняла по тому, что Ф.Е. сообщил, что видит рыбок подо льдом. Я уже собралась замедлить течение и заморозить реку до дна, но вовремя остановилась, вспомнив о рыбах. Неожиданно Ф.Е. сообщил о «живой, подвижной воде», чем ввел меня в замешательство. В моем пейзаже жизни было не больше, чем в холодильнике. Я растерялась, и тут, наконец, все эти разрозненные кубики сложились: интуитивно я произнесла ту фразу о вечности и времени, которая, наконец, попала в точку. Дальнейшее описание в статье Ф.Е. весны вызвало у меня опять некоторую растерянность. У меня была зима, и это я хорошо помню. Я, видимо, не спорила, а кивала головой, но не больше. Таяние льда и приход весны, которые, как выяснилось потом, на

самом деле завершили гештальт, остались для меня за кадром, Этого я просто не помню, о чем честно сообщаю. После того, как пациент закончил сеанс, он вскользь упомянул, что у него все прошло, из чего мне оставалось сделать вывод, что у него на самом деле была боль. Такие подозрения у меня, признаюсь, иногда возникали, но все равно узнать об этом было неприятно. Из этой работы я могу сделать для себя следующие выводы: работая, как в тумане, можно чего-то достичь; доверяй пациенту – он знает, что делает; не надо думать, что знаешь, что именно происходит; и последнее, что больше всего меня поразило, – если пациент не хочет куда-то идти (в сугроб, например), он и не идет, даже если это анестезия или транс (за что особая благодарность Федору Ефимовичу).