

## АУТОПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ СОЧИНЕНИЕ НА РЕЛИГИОЗНУЮ ТЕМУ

А.Я.ВАРГА\*

*Публикуя письмо А.Я.Варги, мы рассчитываем на отклики читателей, поскольку в нем не только обозначена позиция автора, но содержится и приглашение к дискуссии. Хотя письмо написано на «религиозную тему», в нем поднимаются вопросы и чисто профессиональные: об ответственности психотерапевта, о его отношениях с клиентом и пр. Письмо печатается без редакторской правки.*

*А кто не любит доброго  
барина – тот нервный идиот.  
Не будет тому ни любви, ни  
ласки, того на порог не пустят  
и хлеба не дадут.*

*Е.Лавут. Вступление к  
стихам «О добром барине»,  
1993*

Мне всегда сложно с неопитами. Особенно непонятно, как реагировать на «громко» верующих коллег. Моя первая встреча с неопитом произошла давно, лет пятнадцать назад. У меня был приятель, с которым мы дружили с детства. Мы вместе проводили летнее время в одном дачном поселке. Потом мы оказались на факультете психологии МГУ, он был на курс или на два старше меня. Мы общались в то время нечасто, и, наверное, поэтому перемены, произошедшие с ним, показались мне неожиданными. Он стал демонстративным православным, даже с

---

\* *Варга Анна Яковлевна* – кандидат психологических наук, детский и семейный психотерапевт, директор Института профессионального развития для практических психологов и социальных работников.

какой-то агрессией, не говоря уж о страсти. В текущей жизни это проявлялось в виде негодования, по крайней мере я так это воспринимала. Он негодовал по разным поводам: аэробики по телевизору, джинсов, особенно когда видел их на женщинах, плееров и джаза в широком смысле слова, отсутствия икон в домах и так далее. Он пытался убеждать и вести за собой, но идти за ним было страшновато. Разумеется, дело было не в совковой законопослушности – мы все тогда были вялой дисидой, читали, распространяли и т.п., словом, спокойно подпадали под статью 70 УК РСФСР. Дело было, как мне кажется, в какой-то истовости и странном напоре. Он брал за грудки и обличал. Это не вдохновляло, возможно, именно потому, что больше всего хотелось свободы: слова, путешествий, собраний, образа жизни и образа мыслей, а за его действиями угадывалось некое насилие. С психологией было покончено, и теперь он вполне успешный официальный «служитель культа», мы не общаемся практически совсем, и это грустно, потому что он прелестный человек и я думаю о нем с неизменной нежностью.

Тогда мне было непонятно, почему нельзя общаться людям разных взглядов, неужели вся жизнь, все ее смыслы и интересы упихнулись в то, что я всегда считала и считаю личным, глубоко интимным делом. Ситуация напоминала мне детство. Когда сверстники в пионерском лагере объяснили мне, откуда дети берутся, я была так этим увлечена, что совершенно не могла общаться с теми, кто еще не обладал этим чудесным знанием, – с ними просто было не о чем разговаривать. Это продолжалось месяцев восемь, и в свое оправдание могу сказать, что мне было тогда одиннадцать лет.

Особую проблему в общении с неопитами создает моя профессия. Я сталкиваюсь со знакомым негодованием, потому что неопиты полагают, что психотерапевт вмешивается в судьбу. Однажды я пыталась объяснить одному молодому человеку, что совсем не претендую на это, нередко достаточно лишь понимания, тепла, эмоциональной поддержки. «Так ведь и в аду тепло», – зловеще сообщил парень. Челюсть у меня отвалилась, и я почувствовала абсолютную растерянность. Непонимание было полным и безнадежным. С тех пор так и повелось: они негодуют – я чувствую себя «нервной идиоткой».

Среди моих коллег обращение к Богу стало массовым. Поначалу когнитивный диссонанс возникал у меня тогда, когда среди внутренних эмигрантов, последовательно не участвовавших в играх советской власти, встречались лихие комсомольцы и активные коммунисты. Видимо, и за той и за другой деятельностью стояла одна и та же потребность. Ситуация стала проясняться, когда среди высших государственных чиновников появилось множество православных. Добрый христианин и добрый гражданин стали синонимами. Раньше мы вместе с главой государства были коммунистами, а теперь мы вместе с главой государства стали православными. Вполне мило, благолепно. Может быть, раньше и можно было полагать, что интеллигенция первая обратилась к Богу, а уж власти

повлеклись следом, почувствовав уважение к ценностям культурного слоя страны. Теперь думать так – просто наивно. Государство стало использовать церковь как некий рычаг своей внутренней политики, и многие люди, пришедшие в несанкционированную государством церковь, теперь чувствуют себя там неуютно.

Социальный конформизм, разумеется, далеко не единственная и не главная составляющая этой потребности. В ней много всякого другого. Эта потребность каким-то образом влияла и на профессиональную позицию. Так, среди верующих коллег слышались рассуждения о том, что заниматься психотерапией могут далеко не все получившие соответствующее образование люди, а только те, которые вдобавок получили специальное благословение. Наверно, они даже знали, чье благословение надо было получать. Более того, видимо, существовал тайный знак уже полученного благословения, потому что они как-то умели его распознавать. Этот знак и имел в виду один мой коллега (в дальнейшем этот оборот будет встречаться часто, поэтому вводится аббревиатура МК), когда однажды говорил о том, что ему, чтобы передать своего клиента другому психотерапевту, надо знать не только уровень профессионального мастерства, но и его моральные свойства, так как, передавая клиента, передаешь и ответственность за его жизнь вообще. Такие дела. Видимо, недостаточно быть хорошим профессионалом, видимо, психотерапия не профессия, а некое звание, которое просто так в кабинете не оставишь вместе с окончанием своих рабочих часов, это образ жизни, строй души, великая ноша и великая ответственность. Ответственность за общение с клиентом не просто существует, пока длится само это общение в кабинете здесь и теперь, а простирается навсегда и на везде. Потому что психотерапия – это нечто мощное такое, проникающее, всемогущее настолько, что может быть смертоносным при неправильном применении, как криминальный аборт какой-нибудь. И надо, значит, применять ее очень ответственно, потому что она даже может вмешиваться в Божий промысел. Теперь мне понятно смущение студентки, посещающей семинар «Психология религии», когда она не могла понять, можно и должно ли заниматься психотерапией с безумными, потому что они же и блаженные. Вылечишь ненароком и лишишь их царствия небесного.

Я вспоминаю наши семинары на Погодинке, в первой семейной консультации у В.В.Столина. Мы много тогда спорили, кто является клиентом, но не в том смысле, кто является идентифицированным пациентом; имелось в виду, кому помогать, а кто еще до этого «не созрел». Сейчас мне очевидно, что в основе этих разговоров была неопытность и страх ответственности. Хотелось перевалить ее на клиента, вернее, на степень его открытости психотерапевтическому контакту. Выделялись люди «без психики», неспособные к глубокой рефлексии, с внешним локусом контроля» Эти, конечно, не были клиентами, для них была так называемая «психотерапия пинком под зад». В моей стране с

низким уровнем психологической культуры практически все население «люди без психики». Профессиональное мастерство психолога начинается с умения строить с ними психотерапевтический контакт и говорить на их языке, а не навязывать им профессиональный метаязык и несуществующие в их жизни понятия. Для меня клиент – любой, кто обращается за помощью, для МК клиент совсем не любой. Для некоторых клиент – неверующий человек с проблемами, потому что истинно верующий человек, как поведал с экрана телевизора один МК, по идее не имеет проблем, достойных вмешательства психолога. Все психологи, имеющие частную практику, похолодели в этот момент и явственно ощутили грядущее снижение своего уровня жизни. Понимать надо было так, что если у такого замечательного человека и возникнут проблемы, то он решит их со своим духовником.

Для других, наоборот, клиент – человек одной с ним веры. МК придерживается святоотеческой традиции и предпочитает работать с православными. Сама идея отбора клиентов не по принципу собственной профессиональной адекватности их проблемам, а наоборот, по их удобности психотерапевту кажется мне неверной.

Ясно, что у нас совершенно разное отношение к профессии. Для меня это ремесло, в том смысле, что не наука и не искусство, а честное и по возможности качественное делание, в моем случае делание системной семейной психотерапии. Не больше и не меньше. Мне все равно с кем работать – христианином, иудеем, мусульманином или солнцепоклонником. Мне все равно – злодей передо мной или праведник, я этого не знаю и знать не хочу – это не мое дело. Я не учитель жизни для моих клиентов, и я не отвечаю за то, как они ее проводят. Они свободны быть кем угодно и жить по-разному, не мне их судить. Я нисколько не умнее или лучше их. Они приходят ко мне не за любовью и дружбой, не за наставлением, они приходят со своим страданием и хотят облегчения. В дисфункциональной семье страдают все: и дети, ворующие деньги у родителей, и их отец алкоголик; и отец, регулярно совершавший инцест со своим шестилетним сыном; и мать, избивающая своих детей; и мать, которая занимается любовью со случайными мужчинами на глазах у детей; и родители, которые дерутся даже не до первой крови; и родители, которые как бы невольно делают все, чтобы дети болели тяжелой бронхиальной астмой, или гастродуоденитом, или энкопрезом. Они все – жертвы и палачи, юродивые и блаженные – страдают и все имеют право на избавление от этого страдания. Любой человек, обратившийся за психологической помощью, является клиентом.

Давно известно, что помимо соответствия психотерапевтического метода содержанию и качеству проблем клиента существует определенное соответствие между личностными характеристиками терапевта и клиента. Одно из базовых требований к профессионалу – необходимость знать границы своих профессиональных возможностей. Ограничения накладываются не только школой и методом, но и разного рода

психологическими проблемами терапевта. Недопустимо, когда терапевт неконтролируемо вносит в общение с клиентом свои проблемы и пытается их разрешить в процессе психотерапии другого. Группы профессиональной поддержки, психотерапия психотерапевтов, бабинтовские группы – все это разные способы распознать свои профессиональные ограничения и научиться не вносить их в общение с клиентом, вплоть до того, что лучше не работать с теми клиентами, контакт с которыми очень вероятно будет несвободен от такого «засорения». В этом смысле нет проблемы «клиент – не клиент», а есть проблема «терапевт – не терапевт». Как профессионал, я прежде всего отвечаю за себя, за свой уровень и свои профессиональные качества, за свои ограничения.

Что же касается клиента, то здесь моя профессиональная ответственность начинается и кончается в моем кабинете. Я отвечаю только за то время, которое провожу со своими клиентами, за качество моего общения с ними и за их состояние, пока мы актуально вместе. Я не живу вместо них и уж тем более не отвечаю за них «как за людей». Психотерапия для меня прежде всего интересное дело, которое мне нравится. Это один из способов решения человеческих проблем, во многом очень ограниченный, далеко не всемогущий. Он может быть очень эффективным, при неправильном употреблении может быть патогенным, но он далеко уступает способности человека быть здоровым, то есть любить, работать и играть несмотря ни на что, и способности человека быть несчастным и больным вопреки радужным обстоятельствам. Для меня психотерапия скорее сотрудничество с клиентом, чем воздействие на него.

Для МК, если я правильно понимаю, психотерапия – это грандиозное дело, сравнимое по своим возможностям и значимости с Божественным промыслом или игрой, требующее ответственности за человека в целом, за всю его жизнь, ответственности вообще, но не ответственности за себя как за профессионала и за конкретную профессиональную работу. При этой ответственности за все спокойно можно не отвечать за работу с конкретным человеком, который обратился со своими сложностями, потому что он не православный, или потому что он православный, или потому что он блаженный, словом, потому что он не клиент. А если уж принять его в клиенты, то есть в паству, где ты пастырь этакий неофициальный, но искренний, то удержать его при себе, горемыку неразумного, но ищущего, до самого распоследнего конца, потому что отвечаешь за него за всего и за жизнь его, и становится он вечным клиентом, а МК автоматически и сразу вечным помощником, учителем и отцом родным.

Знакомая картина. Готовили мировую революцию, начиная ее в самом слабом звене, жизнь отдавали за счастье человечества и уничтожали разными способами отдельных и многих конкретных сограждан. Всесильно учение (потому что верно), и обладавшие этим

знанием уж точно отличались от тех, кто им не обладал. Причем так отличались разительно, что даже могли вершить судьбы мира, а то, что конкретные щепки летели, так ведь лес рубили. Отвечали-то за столь многое, что тут уж не до отдельных частностей.

Сейчас спою: «Большевизм это». И потребность, которая за ним стоит, хорошо известна и описана много раз – это потребность быть значимым, влиятельным, сильным, обладать большой властью, и большой неуязвимостью, и большими возможностями, и большой правдой, и большой-большой и самой-самой. А если кто сразу это большое не видит, или не понимает, или не считает так же, то возникает естественное совершенно негодование и МК незамедлительно выставляет из калашного ряда того, кто со свиным рылом. Как это и произошло со мной на собрании редакционного совета Московского психотерапевтического журнала. В состоянии посттравматического стресса пишу статью эту и поглядываю одним глазом: не затянулась ли душевная рана тем временем.