



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА

№ 8 (46) АВГУСТ–2006 • ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

Ψ СТАТЬЯ НОМЕРА

МИССИЯ ПСИХОТЕРАПИИ В КОНТЕКСТЕ ИДЕИ НОВОГО ВРЕМЕНИ

А. Л. Катков, д.м.н., проф., г. Павлодар (Казахстан)

1. Общие контуры понятия Нового Времени

В первую очередь, понятие Нового Времени в событийно-фактологическом плане невозможно соотносить с каким-либо определенным историческим этапом, ибо Новое Время наступает тогда, когда приходит новое понимание времени как весьма субъективного способа структурирования реальности (ее объектно-предметных и закономерных характеристик). Вместе с тем, социальные последствия доминирования обновленного взгляда на феномен времени (а значит и на подвижную структуру реальности) могут быть весьма значительными.

Далее, рассматриваемое понятие не имеет ничего общего с социологическими теориями, характеризующими как современный этап развития общества, так и ближайшие или отдаленные футурологические перспективы («Постиндустриальное общество» Даниэля Белла; «Третья волна» Оливии Тоффлера; «Электронное общество» Герберта Мак-Люэна; «Информационное общество» Эшидо Масуды и т. д.), поскольку по своим внутренним характеристикам идея Нового Времени прямо противоположна встроенному в вышеприведенные социальные формации одномерному и уплощенному представлению о времени и реальности, способу бытия с опорой на противоречивые системы координат (рациональную, иррациональную), и конфронтационные модели фундаментальных допущений, лежащих в их основе.

Концепция Нового Времени обосновывает преобладающую экспансию рынка здоровья, в частности психологического здоровья, и технологий, обеспечивающих форсированное развитие и поддержание его высоких уровней (а не рынка энерго-информационных носителей и линейной информации, как это декларируется в поименованных социальных теориях).

В позитивно-утвердительно-ключе идея Нового Времени представляет собой доминирование нового способа репрезентации реальности с использованием методологии кольцевого научного архетипа. В качестве основного инструмента изменения структуры реальности данная методология предполагает подвижные параметры фиксируемого импульса изменений (ФИИ) – фундаментальной характеристики функции сознания, или виртуальные аналоги данного процесса, воспроизводящие пластичную активность сознания с конструированием объемных квантов времени и репрезентацией многомерной реальности. Новый тип рациональности, возникающий на данной основе, теперь уже с использованием «легальных» мыслительных механизмов, способен вмещать доселе неуловимые, внесознательные суперресурсные инстанции психического, обозначаемые как душа, дух, бог. Отсюда выводятся возможности адекватного совмещения противоречивых систем координат современного человека, с обретением им полноценного ресурсного статуса. Открывается перспектива разработки универсальной системы фундаментальных допущений, преодолевающей ограничения келейных (ограниченно-рациональных, иррациональных) взглядов на мир, изживших себя архетипов научного мышления.

Идея кольцевого научного архетипа лежит в основе технологий форсированного развития феномена диалогизированного сознания, обеспечивающего устойчивый ресурсный статус индивида. В функциональном смысле феномен диалогизированного сознания – это навык репрезентации «объемной» реальности с ее суперресурсными инстанциями. В техническом смысле данный феномен – это результат использования специальных психотерапевтических стратегий с подготовительным этапом обретения соответствующего ресурсного опыта и завершающим этапом формирования когнитивного прорыва, когда стереотипы репрезентации одномерной реальности трансформируются в возможности широкого доступа к суперресурсным инстанциям психического. При этом идентификационные границы личности не подвергаются иррациональной атаке (как это имеет место в некоторых религиозных или мистических практиках) и остаются в условиях постоянной экологической безопасности.

Наиболее значимыми социальными последствиями доминирования обновленного взгляда на реальность и нового типа рациональности является возможность формирования новых параметров порядка («больших» магистралей развития общества), исключающих спекуляцию на иррациональном с одной стороны, и дающих максимальные ресурсные возможности для реализации конструктивных жизненных сценариев – с другой. Скорости социального развития существенно возрастут. Болезни, связанные с задержками общественного развития – социальные эпидемии – будут эффективно профилактироваться.

2. Мифологические контуры понятия Нового Времени

Как уже было сказано, существуют трудности соотношения рассматриваемого понятия с каким-либо конкретным историческим этапом по причине несоответствия критериев: внешних, используемых при поиске или конструировании временных исторических аналогов; внутренних, опирающихся на переосмысление самого понятие «время», используемых в нашем случае.

В данной связи весьма интересным и полезным для сущностной презентации идеи Нового Времени, представляется возможность рассмотреть «историю вопроса» с позиций мифологического сознания. Ибо спрессованная ткань мифа, как никакая другая, дает представление об альтернативной панораме событий, излагаемых, по преимуществу, внесознательными (а значит, до поры находящимися «вне закона») инстанциями психического.

Отсюда – стиль большой метафоры – язык компромисса, являющийся, конечно, первым приближением к более совершенным механизмам рационализации.

В мифологическом сознании человека очень ясно и образно обозначены как точка отсчета, так и точка завершения эпохи «расщепленного» времени, в которой категории вечности и, следовательно, бесконечности удалены из горизонтов осознаваемой реальности, а само понятие времени сузилось до уплощенного и ограниченного

представления о независимом («объективном») и линейном характере данного феномена.

О точке отсчета этой драматической, наполненной внутренним скзисом эпохи нам повествует грандиозный и наиболее известный миф об изгнании человека из рая. Вкусивший неспелый плод познания был наказан утратой ресурсной целостности, несовместимой с новой системой координат. Живое чувство сопричастности к суперресурсным инстанциям было атаковано самым мощным оружием рационального способа бытия – ложной очевидностью – и постепенно выродилось в фантомы религиозных или мистических ритуалов. Однако и новый рационально-технологический идол оказался значительно менее дееспособным и более опасным, чем это представлялось. И вот – человечество у разбитого (расщепленного) корыта, из которого вытекают последние капли живой воды цельного опыта бытия, и которое наполняется все больше мертвой водой. На поверхности этого корыта плавают сухие листья бесплодного схематизма, оформленного в духе традиционной рациональности, а в глубине опасными водоворотами закручиваются мутные течения сектантского фанатизма, религиозного экстрима, иллюзорного наркотического рая, круто замешанных на чувстве безысходности и утраты перспектив у существенной части населения. Такого рода, уже не мифологическая, а реальная действительность, если отбросить все камуфляжные ухищрения, живописует крах эпохи расщепленного времени с идеей монологизированного сознания, обернувшейся ресурсным провалом для изгнанного и гонимого человека.

Кульминационное завершение затянувшегося воспитательного урока описано в наиболее оптимистичном, дающим подлинную надежду мифе о конце света. Данная тема настойчиво присутствует во всех, сколько-нибудь серьезных космогонических конструкциях. Наиболее впечатляющими сюжетами повествований такого рода являются панорамы страшного суда утонувшего в грехах человечества. Полагаем, что при этом, подразумевается не только конец «этого» света, но и света «того», ибо, если внимательно присмотреться к соответствующим текстам, мы постоянно наталкиваемся на следующее обозначение манифестации грандиозного финала: конец света будет тогда, когда «два соединятся в одно». Ничего не имея против такого внешне скандального способа наказания заблудившегося человечества, все же заметим, что по нашему мнению в данном случае метафорический язык повествует о неизбежном возвращении великого диалога между основными сторонами со-бытия: суперресурсными инстанциями с одной стороны и действующими лицами (личностями) – с другой. Полагаем также, что возможность подобного диалога может быть обеспечена методологией кольцевого научного архетипа и технологиями форсированного развития феномена диалогизированного сознания, выполняющими функцию адекватного перевода одномерной знаково-образной модели реальности (язык осознаваемой личности) в многомерные характеристики с меняющейся пластикой объектно-закономерных конфигураций гиперреальности (язык внесознательного). Два соединятся в одно. Истина проста: монологизированный статус (путь) человеческого сознания ведет к тяжелому схзису; диалогизированный статус сознания – путь – ведет к ресурсной целостности.

Истинная миссия психотерапии предельно ясна – это целительство в подлинном, глубинном смысле этого слова.

Новый свет, рождающийся на пепелище страшного суда (метафора грядущей переоценки ценностей и неизбежной ревизии нашей однобокой памяти), конечно, будет и ярче и интереснее своих прародителей.

Новое Время начинается с психотерапии.

3. Психотерапевтические контуры понятия Нового Времени

В сущности, понятие Нового Времени, как следует из всего сказанного, есть научно-обоснованный контекст целительной миссии психотерапии. Таким образом, психотерапевтическая наука является главным генератором и проводником обсуждаемой идеи, а психотерапевтическая практика – ее основным исполнителем.

В собственно терапевтическом аспекте Новое Время – это проект большого когнитивного прорыва, реализуемого в инновационной модели социальной психотерапии с обретением ресурсной метапозиции по отношению к основным инстанциям со-бытия. В самом общем,

схематическом плане данный проект может быть представлен как достаточно эффективный способ освобождения от базисных страхов, между которыми зажата невротизированная часть человечества: страха смерти и страха жизни, с высвобождением огромного количества блокированной энергии.

Понятно, что для достижения подобного результата в социально-приемлемых масштабах миссия психотерапии должна быть развернута в соответствующие концептуальные блоки и, далее, в цели и задачи, структурированные по различным направлениям развития профессии.

Научно-информационная составляющая миссии психотерапии, в связи со всем сказанным, должна быть представлена более чем солидным комплексом научных идей, программ, проектов и отдельных фрагментов, формирующих ткань новой психотерапевтической науки. При этом соответствующие изыскания, с учетом сложности выведения основного предмета психотерапевтической науки и практики, должны проводиться по всем возможным уровням дисциплинарной матрицы, организующей какое-либо определенное научное направление – от уровня фундаментальных допущений до уровня актуального профессионального поля и профессиональных стандартов.

Научно-исследовательские проекты, лежащие в основе идеи Нового Времени, известны и частично обозначены в предыдущих разделах настоящего сообщения. Это: фундаментальная теория нового (кольцевого) научного архетипа, адекватного особенностям и сложности изучаемого объекта – психики человека; функциональная теория организации психического с выводимой отсюда возможностью идентификации феноменов индивидуального и социального психологического здоровья (включая ресурсную метапозицию индивида по отношению к основным инстанциям со-бытия); инновационная модель интегративной психотерапии с полным обоснованием уникальных возможностей психотерапевтического процесса к достижению максимальных и устойчивых результатов за минимальные временные периоды; концепция и технологии форсированного формирования феномена диалогизированного сознания; и некоторые другие, менее значимые концепты.

Следует отметить, что процесс формирования подлинно научной базы психотерапии, включающий развитие не только перечисленных, но и многих других фундаментальных и прикладных направлений научных исследований, еще только начинается. Поэтому, достаточно емкое содержание понятия Нового Времени мы, все же, обозначаем как научную идею, но не в качестве детально разработанной, обоснованной и полностью доказанной научной концепции. Этот путь еще предстоит пройти.

Технологическая составляющая миссии психотерапии – вопрос наиболее спорный и сложный. С одной стороны метамодель социальной психотерапии, в рамках которой только и возможна реализация презентуемых долгосрочных целей, однозначно предполагает трансляцию эффективных психотерапевтических технологий в институализированные развивающие практики (воспитание, образование и др.). С другой – существует умозрительная опасность размывания специфики психотерапии, и без того переживающей нелегкий период собственной профессиональной идентификации.

Наши теоретические и практические исследования показали, что оба этих процесса – отнюдь не разнонаправлены. Эффективное завершение профессиональной идентификации в поле психотерапии будет способствовать пониманию того, каким именно образом с наибольшей эффективностью и наименьшими потерями может быть осуществлена трансляция требуемых психотерапевтических технологий, и наоборот. В результате данных исследований основные развивающие практики предстают в виде неких непротиворечивых и взаимно-потенцирующих звеньев континуального ряда, имеющих, тем не менее, свою, адекватно обозначаемую специфику на определенном функциональном уровне. Более всего здесь интересен универсальный механизм существенного повышения эффективности каждого звена специфической развивающей практики без ущерба для его профессиональной идентичности.

В частности, нашими исследованиями было показано, что уникальные результаты психотерапевтического процесса – максимальные и стойкие терапевтические изменения, достигаемые у индивида или

группы за относительно короткие временные периоды – связаны с вовлечением глубинного уровня психотерапевтической коммуникации и активизацией суперресурсных инстанций психического. Другой, поверхностный или технический уровень терапевтической коммуникации, реализуемый на осознаваемом горизонте, не является строго специфическим для психотерапии, и, в принципе, может быть воспроизведен в рамках любой иной развивающей технологии.

Далее, нами было показано, что сам по себе феномен развития гиперпластических состояний клиента или группы, обозначаемый нами как разлитой терапевтический транс (отличный от индуцированного транса превосходящей степенью активности и максимальной вовлеченностью осознаваемых инстанций психического, а не только внесознательных суперресурсных инстанций), является естественной характеристикой синергетической стратегии поведения. Механизм разлитого терапевтического транса автоматически «включается» при неосознаваемом переходе от защитно-конфронтационной стратегии поведения к синергетической. В этом и есть «секрет» удивительного

свойства психотерапии – внешне минимальными средствами стимулировать развитие максимальных изменений. Квалифицированные психотерапевты, по преимуществу, работают с гиперпластическими клиентами. Неквалифицированные терапевты и специалисты из сферы других развивающих практик – зачастую, с «железобетонными» (в смысле наличия сопротивления и неконструктивных психологических защит, выставляемых неосознаваемой защитно-конфронтационной стратегией поведения на фасад личности) пациентами-клиентами. Удивительно то, что ясным сигналом к переключению глубинных поведенческих стратегий и состояний устойчивости – пластики являются отнюдь не внешние признаки безопасности, комфорта и т. д., а специфические качества профессионала, которые Карл Витакер обозначил как «прописка личности в бессознательном», а Карл Густав Юнг – как «жизнь в обнимку с собственной душой». В этих многозначительных определениях мы видим портреты специалистов, переживших «конец того и этого света», и наполненных новым, привлекательным качеством целостности, различимым издали.

Ψ опыты души

САМОСОЗНАНИЕ В ПРОФЕССИИ

С. М. Павлова, г. Самара

В данной статье мне хочется изложить размышления по познанию собственного характера, используя метод Шести Шляп Т. Д. Зинкевич – Евстигнеевой, Т. М. Грабенко (2003) через призму терапии творческим самовыражением.

Применив принцип сказочного перевоплощения, изложу историю, якобы приключившуюся в детском саду.

Однажды психолог в своем кабинете увидел шесть Шляп: Белую, Красную, Черную, Желтую, Синюю и Зеленую. Все они были очень красивые, отличались не только цветом, но и фасоном. Хотел подойти поближе к ним, но не успел. Одна из Шляп переместилась в центр комнаты. Это была Белоснежная Шляпа, с невысокой тульей и узкими полями. Настолько белоснежной, что искрилась всеми цветами радуги, как свежеснеженный снег при ярком солнце. А перед Шляпой засверкал кристалл безупречной формы. На его гранях отражались эталонные образцы всего того, что существует: люди, их слова и поступки, окружающие предметы. Каждое сказанное или написанное слово, каждый рисунок преломлялись через него и оценивались по параметрам сертифицированных методик, тестов.

Результаты, обрабатываемые сверхскоростной ЭВМ поступали на мониторы с инструкцией к действию. Стеллажи в комнате были заставлены папками с безупречными отчетами, которые нравились самым строгим комиссиям, но не нравились Белой Шляпе.

Хотелось еще большего совершенства во всем: ведении документации, соблюдении порядка, чистоты, выполнении окружающими людьми требований, которые задавались кристаллом. В комнате, блистающей чистотой, в центре которой на троне, составленном из цифр и геометрических фигур, восседала Белая Шляпа, взвешивая на всех сквозь волшебный минерал, стали неуместными детские смех и шалости, беспешные беседы. Стало тихо и безлюдно.

Вдруг тишину нарушила Красная Шляпа, украшенная причудливым узором из драгоценных нитей. Она была возмущена тем, что не ей досталась первая роль. Подойдя к трону, с достоинством попросила уступить ей место. Белая Шляпа повиновалась, хотя и не склонна была поддаваться эмоциям – ей больше был свойственен здравый смысл. Но великолепие, роскошь и уверенность Красной Шляпы заставили признать в ней Королеву, достойную повелевать.

«К чему эти стеллажи, папки и мониторы? Ах, как здорово, что могу прожить без них!» – произнесла Красная Шляпа. Комната наполнилась людьми, которые высказывали восхищение ее обаянием и неповторимостью, временами раздавались аплодисменты. На стенах висели портреты Красной в роскошных одеяниях – ее рисовали лучшие художники.

Красная Шляпа обладала многими дарованиями, и восторги были

заслуженными: она привлекала всеобщее внимание не только красотой, но и делами: музицировала, пела, исполняла роли в созданных по собственному сценарию спектаклях. Умела вовлечь в свои занятия и детей и взрослых.

На троне из морской раковины с переливчатой окраской Красная Шляпа пробыла недолго.

Увлеченная собой, тратящая слишком много сил на привлечение внимания, упоенная словами, воспринимающая их без критичности, она не заметила, как строго, сузив темные глаза, на нее смотрит из угла комнаты Черная Шляпа.

Дождавшись, когда Красная Шляпа находилась в самом хорошем настроении, Черная зачитала ей список ошибок, которые та совершила. Красная Шляпа встала с трона, топнула ногой и со слезами выбежала из комнаты.

Только несколько человек из ее постоянного окружения вышли успокоить свою Королеву и вернуть на трон, так как искренне восхищались и любили ее, невзирая на сложный характер. Остальные наблюдали за тем, что произойдет дальше.

Черная шляпа по форме – цилиндр, опираясь на жезл, обошла помещение и степенно заняла место на троне из темного дерева с высокой спинкой и широкими подлокотниками.

Какое-то время молчала, а затем достала блокнот и зачитала присутствующим свои претензии. Кто-то пытался оправдаться, но Черная шляпа обрывала на полуслове. Часто произносила: «Нет, неверно, что за глупости. Это же сплошная ерунда». Хотела, чтобы только ее мнение было единственно правильным. Считала, что никогда не ошибается. Имея много замечательных замыслов, обширные познания, целеустремленность, не нашла подхода к тем, с кем могла осуществить свои планы. В результате – замкнувшись в себе, обидевшись на всех, ушла, сказав сухо – раздраженно: «до свиданья, вы сами попросите у меня прощения!»

В окно проникли лучи солнца. Они осветили ту часть комнаты, в которой находилась Желтая Шляпа, это была соломенная шляпка золотистого цвета с живыми полевыми цветами по полям и тулье.

Шляпа была в окружении детей, которые вместе с ней рассматривали птиц, подлетающих к окну, поливали цветы, растущие на подоконнике и на клумбе у здания детского сада. Она рассказывала о том, как находить то общее, что объединяет природу и человека.

Читая книги и рассматривая картины вместе с детьми, обсуждала с ними, какими разными могут быть люди. Любила жизнь в самых разнообразных ее проявлениях, радовалась мелочам. Настроение Желтой Шляпы временами зависело от погоды: есть ли солнце, есть ли тучи, жара или тепло. Из-за этого возникла разбросанность в делах,

хотелось сделать многое, в результате оставались незавершенными некоторые начинания. Терялась и возрождалась вера в себя, бесцельно шло время.

Но ей нравилось общаться и в общении познавать новое.

Сейчас ее внимание привлекла Зеленая Шляпа, рассказывающая о забавном случае, который с ней приключился. Зеленая Шляпа с постоянно изменчивым настроением часто совершала поступки, о которых потом сожалела, так как недостаточно продумывала последствия. Много фантазировала, что приподнимало ее над повседневностью, возвращало в состояние детства, когда мир открывается заново в бесконечном разнообразии и возможностях.

Могла красочно и с выдумкой рассказывать о впечатлениях, чем всегда привлекала слушателей, дети с удовольствием принимали ее в свои игры. Казалось, состояние ребенка внутренне было присуще ей всегда, она избегала ответственности, а рутинная работа была ей чужда. Желания переменчивы. С удовольствием путешествовала – этому способствовала форма Шляпы в виде многоярусного паруса.

Парад Шляп подходил к концу. В нем еще не приняла участия Синяя

Шляпа, внешне безучастная к происходящему. На ней была дымчатая вуаль, которая подчеркивала ее отрешенность от внешних событий. В то время как остальные, написав свои планы, приступили к работе, Синяя размышляла в сомнениях, все сравнивала и сравнивала свой план с другими планами, не решаясь приступить к его осуществлению, чтобы по ходу вносить в него изменения.

Сказочная презентация завершилась – Шляпы исчезли, но повод для размышлений остался.

Предположим, что Шляпа определенного цвета соотносится с вариантом – эскизом одного из характеров: педантичного, демонстративного, авторитарного, синтонного, неустойчивого, тревожно – сомневающегося (характеры в тексте изложены в перечисленной последовательности). Тогда можно задать вопросом: какой характер созвучен автору?

Проведенный анализ, безусловно, поможет мне в профессиональной деятельности исходить как из особенностей своего характера, так и из особенностей характеров других людей. Будет способствовать изучению созидающих возможностей каждого характера в наших занятиях и с детьми и с взрослыми.

Ψ ЖИВАЯ ИСТОРИЯ ПСИХОТЕРАПИИ

(раздел ведёт профессор М. Е. Бурно)

Из письма сочинского психотерапевта, члена ППЛ, Людмилы Васильевны Черниковой – М. Е. Бурно.

«...Вы знаете, я хожу на наше местное кладбище, где похоронена моя мама, и увидела там стелу со знакомой фамилией: «Мелодиев Анатолий Александрович». Дата рождения. Дата смерти. И – прочерк. А в этом прочерке, – целая жизнь, в которой он был сыном, отцом, мужем, гражданином. И ещё – прекрасным психотерапевтом. Мне стало больно за это пустое, безжалостное тире. И вот такой статьей я решила очень скромно «заполнить этот пробел». <...> Сын психотерапевта А. А. Мелодиева продолжает замечательное дело отца – быть доктором по имени Жизнь».

ДОКТОР ПО ИМЕНИ ЖИЗНЬ (к истории психотерапии в г. Сочи)

Именно так называют благодарные пациенты врача, которые дарят им жизнь. Это может быть хирург, офтальмолог, травматолог. И нередко это – психотерапевт. Деликатно вмешиваясь в высшую сферу человеческой личности, он корректирует ее, меняет, дает ей установку, обрывает попытку человека покончить с собой.

Вот примеры.

Володю Н., угрюмого 15-летнего подростка, привела ко мне мама, которая в одиночку воспитывала двух сыновей, избавившись от алкоголика-мужа. После доверительной беседы Володя признался мне «по большому секрету от мамы», что задумал прервать свою жизнь, которая ему смертельно надоела. И рассказал свою очень горькую историю. В первом классе с ним случился конфуз по вине учительницы, которая не отпустила его по большой надобности в туалет. Он испытал страшное для малыша унижение. Стал после этого бояться повторения конфуза и много раз за урок «на всякий случай» отпрашивался в туалет при малейшем дискомфорте в кишечнике. Его отправили на консультацию к невропатологу, который, не сомневаясь, не расспросив ни о чем, огульно поставил диагноз: «Дневное недержание кала». Об этом стало известно школьному врачу, учителям и, конечно же, детям. Мальчик стал изгоем. Замкнулся в себе, озлобился, возненавидел школу. И пришел, вернее, его привели к мысли, что такая жизнь, как у него не имеет смысла. Вот таким он и пришел ко мне. Я провела ему индивидуальную психотерапию, внушила, что это – всего-навсего нелепая диагностическая ошибка, объяснила механизм возникновения его невроза, посоветовала матери устроить сына в вечернюю школу и определить на дневные курсы для обучения профессии телемастера. Все закончилось хорошо, а ведь эта молодая жизнь могла так нелепо оборваться...

На прием ко мне привели женщину с острой психогенной реакцией прямо из здания суда, где осудили ее единственного сына на длительный тюремный срок. Услышав приговор, она побежала бросаться под поезд. Ее вовремя остановили, она прошла курс индивидуальной психотерапии.

Жива до сих пор, благополучно работает, ждет из тюрьмы сына. Хотя жизнь ее по понятным причинам безрадостна, но она жива.

В третьем случае женщина, которую бросил муж, пыталась отравиться, поскольку не представляла без него жизни. После индивидуальной психотерапии она критически стала относиться к своему состоянию, анализировала свою проблему. Стала веселой, благополучной и через два года к ней вернулся муж.

Таких случаев у каждого психотерапевта – немало. Скольких людей удалось психотерапевтически остановить у самой черты, у самой бездны!

Понятно, для того чтобы быть психотерапевтом по имени Жизнь, надо быть профессионалом, умным, милосердным, честным, деликатным, эрудированным. Обладать аналитическим складом ума. И артистизм обязательно должен присутствовать. Психотерапевт просто обязан знать жизнь, иначе не сможет разговаривать с пациентами на понятном им языке: а язык этот разный с ребенком, с взрослым, с женщиной, малышом, с мужчиной. Разные понятия, различный менталитет, разный уровень образованности. И для исполнения этой сложной роли психотерапевта еще много таких «должен» и «обязан». Как правило, психотерапевт – личность творческая, потому что каждый клинический случай требует индивидуального решения, находки, эксперимента.

Мне очень повезло, потому что именно такие психотерапевты-виртуозы, мастера своего дела мне повстречались. Я хочу написать о некоторых из них, о тех, чье мастерство уважала, кем восхищалась, кто поразил меня, кто помог мне в трудную минуту словом или делом и кого считаю своими учителями.

Зарождение психотерапевтической помощи в г. Сочи началось в 60–70-е годы прошлого столетия. Важность и необходимость широкой психотерапии у нас продиктовала сама жизнь. Этого требовал статус города-курорта, «всесоюзной здравницы», международного курорта. Этот статус обязывал ко многому и требовал «соответствовать». Это хорошо понимали руководители курортного дела. Особенно поддерживал, пропагандировал и одобрял это «психотерапевтическое направление» умнейший и очень прозорливый главный терапевт Совета Курорта Лев Залманович Стернинсон.

Санатории: «Санаторий имени Орджоникидзе» и «Волна» (главные врачи В. А. Благодарная и В. В. Родионов) стали базовыми. На этих базах было подготовлено большое количество психотерапевтов. Началась многолетняя кампания против курения. Пропагандировался здоровый образ жизни. Возглавил эту компанию талантливый психотерапевт, одаренная творческая личность – Давид Александрович Бершадский. Под его руководством издавались методические пособия, циркуляры. Проводились выездные семинары ученых Центрального института усовершенствования врачей (Москва). Активно помогали проф. В. Е. Рожнов, молодой доцент М. Е. Бурно и другие сотрудники московской кафедры психотерапии.

В санатории «Волна» с 1972 по 1990 гг. работал психотерапевтом автор многих научно-исследовательских работ, кандидат медицинских наук, талантливый Анатолий Александрович Мелодиев. В практике работы его кабинета активно использовались и внедрялись методы клинической психотерапии: гипнотерапия, аутотренинг, эмоционально-стрессовая и рациональная психотерапия. Личностью он был уникальной: это был интеллигент в высшем смысле этого слова. Вся семья Мелодиевых: его жена, сын – врачи. Его сын – А. А. Мелодиев продолжает благородное дело своего отца, он – личность творческая, ищущая, тоже психотерапевт, работает в санатории «Мыс Видный».

Помимо династии Мелодиевых, есть и еще одна, не менее знаменитая: это психотерапевтическая династия Жуковых. Игорь Алексеевич Жуков – дерматолог, кандидат медицинских наук, основал в Хостинском районе г. Сочи уникальный психотерапевтический кабинет, единственный в своем роде, в который было настоящее паломничество больных:

настолько лечение Жукова было эффективным. И. А. Жуков увлекался групповой психотерапией. После его кончины дело не остановилось. Его продолжает дочь И. А. Жукова – Елена Игоревна Жукова. Она работает успешно, помогала очень многим, имя её известно далеко за пределами г. Сочи.

Хочу упомянуть ещё об одном психотерапевте. Это – известный ученый, доктор медицинских наук, Степан Павлович Мельничук. Большую научную работу он многие годы совмещал с работой практического психотерапевта во Второй курортной поликлинике. Его психотерапевтический кабинет пользовался необычной популярностью среди больных, нуждающихся в психотерапевтической помощи, в нашей стране в ту пору.

В этой статье я не задавалась целью писать о развитии психотерапевтической помощи в г. Сочи, это – особая, большая тема. Написала лишь о тех, с кем мне довелось общаться, работать, у кого мне повезло учиться.

В настоящее время психотерапевтическое общество г. Сочи, объединяющее в своих рядах несколько десятков опытных и начинающих психотерапевтов, возглавляет его председатель – Евгений Васильевич Хабаров, личность уникальная, с большим организаторским талантом. Психотерапевтическая база, которую он построил, выше всяких похвал. В настоящее время психотерапевты работают во многих санаториях Сочи и в медицинских учреждениях городского управления здравоохранения: в «Белоруссии», в «Салюте», в «России», в «Магадане», в «Искре», «Мысе Видном», в «Санатории имени М. В. Фрунзе» и во многих других. Психотерапевтическая служба в г. Сочи растёт, развивается.

Ψ КУЛЬТУРА И ПСИХОТЕРАПИЯ

ХАРАКТЕР МАРКСА И ЕГО ОТРАЖЕНИЕ В ТВОРЧЕСТВЕ¹

К. М. Мижерова

Слово «терапия» в названии работы рассматривается по-современному широко: не только как лечение, но как вообще «помощь», «способствование», «забота» – в том числе забота о том, чтобы ученый в своем творчестве для успеха дела был как можно более самим собою, соответственно своей природе.

Множественность взглядов в экономике, часто противоречивых, будоражит экономический научный мир и вызывает массу вопросов. В сложившейся ситуации представляется естественным высветить группы экономистов с различными типами экономического мышления. Характер в экономике выражается прежде всего в способности, в характере мышления. Невозможно изучать изолированно характер мышления, следует двигаться от особенностей мышления людей с предрасположенностью к определенному мироощущению.

Обратимся к изучению характера и его отражения в научном творчестве классика экономической мысли Карла Маркса. Личность Маркса хорошо известна, поскольку в социалистических странах с особенной тщательностью собирали факты, представляющие его человеческие особенности.

Характер Маркса звучит и в письмах. Жизнелюб, матерый материалист и романтик «сверху» – как чувствовать, что всеобщая сознательность возможна! Известно, что Маркс глубоко разработал тему «живота». (Известный анекдот: где истина? – Соломон показывает на лоб, Христос – на сердце, Маркс – на живот, Фрейд сказал..., Эйнштейн – все относительно).

В чем же особенности мышления Маркса, которые произрастают из особенностей его души? Большой, совершенно особенный охват интересов, который так связан с его синтонным мышлением. Он интересуется всем! Здесь уместно было бы вспомнить Спенсера. Трезвость, ясность выражения мысли, так что «и сказать в ответ нечего». Всюду ясно для чего это нужно, для чего сгодится, не возникает вопросов «для чего это?» и рядом с этим жизнелюбие. В отличие от аутистов. Аутисты за-

частую и сами не знают «для чего это?» – но в их построениях звучит символика, потаенный смысл.

Было бы интересно окружить Маркса исследователями, подобными ему по характеру научной мысли. Можно вспомнить близкого по характеру научной мысли Ломоносова, у которого мысль выходит из опытов, а не сама из себя. И также широк охват интересов. Интересно вспомнить физика Фарадея, его лекцию «Пламя свечи», или лекции которые он читал всему народу. Это тоже синтонное свойство, читать всему народу. Понятно, что если сравнить синтонно-мыслительного Маркса с художественно-синтонным Мопассаном, они разные. Но синтонно-реалистическое жизнелюбие-мироощущение, выволакивающее из расстройств настроения, – это у них общее. Надо отметить, что синтонные мыслители (аутистоподобные синтоники) нередко идут в науку. Они же тянутся и к теории, и все же их теоретические построения насквозь практичны.

Ленин очень ясно, по-своему, толковал диалектический материализм, но видел в нем «только себя». Все остальное – «пустоцвет». Маркс и Энгельс тоже полагали, что все остальное ошибка. Но, все-таки, Ленин чувствовал, что идеализм особый взгляд на мир. Так, Ленин считает Беркли классиком в сравнении с классиками материалистами. В работе «Материализм и эмпириокритицизм» ненароком говорит о том, что «Две основные линии философских воззрений намечены здесь с той прямоотой, ясностью и отчетливостью, которая отличает философских классиков от сочинителей «новых» систем в наше время»². А классика – это то, что остается, то, что выражает хотя бы деталь, «нитку» жизненной правды.

Для понимания психологических закономерностей развития общества представляется интересным и целесообразным дальнейшее изучение различных характерологических типов экономического и политического мышления (материалистического, идеалистического, полифонического) на основе естественнонаучного клинического материалистического метода – характерологической креатологии (Бурно М.Е., 2003).

¹ Сообщение на секции «Терапия творческим самовыражением», Международный Конгресс «Психотерапия, консультирование, коучинг: традиции и современность», 2 июня 2006 года.

² Ленин В.И. Сочинения. Т. 14, 1908. Издание четвертое, Государственное Издательство Политической Литературы, 1952 г., на стр.14.

Ψ ЕСТЬ МНЕНИЕ!

ПОПУЛЯРНО О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Марат Гусманов, г. Астана (Казахстан)

«Я поняла – любые проблемы решаются»

Высказывание пожилой участницы, молча просидевшей трехдневный тренинг.

Наверняка с вами так было – вы помогли кому-то решить психологическую проблему. В других случаях вас обвиняли в том, что после вашей помощи стало еще хуже. Хотя вы хотели как лучше. Возможно, помогая кому-то, ваше собственное самочувствие ухудшилось. Вот так все и продолжают пудрить друг другу мозги. Если честно, и после некоторых специалистов путаница в жизненной ситуации только увеличивается. Но грешно не иметь проблемы – а не решать их.

Решают их за одну или несколько встреч. Также бывает, результат достигается в течение нескольких лет. К нашему всеобщему удовольствию, в странах СНГ широкое распространение получили интенсивные, краткосрочные технологии. Еще, правда, бывают люди, которым невозможно помочь. То ли этому специалисту, то ли в этот период их жизни, то ли в их этой жизни. С некоторыми после работы у психологов и психотерапевтов происходят качественные позитивные изменения психики и проблемы у них вообще перестают появляться.

В этом материале – случаи из практики психологического консультирования.

Идея практической психологии и психотерапии в том, что организацию психики человека по его желанию можно корректировать до той поры, пока его состояние и его жизнь не будет ему нравиться. Практика тому подтверждение.

Система Станиславского

Одна молодая женщина регулярно испытывала приступы удушья. Начались они с 11 лет. Она заявила, что только это мешает ей жить хорошо, а так она всем в своей жизни довольна и будет самым счастливым человеком, если приступы прекратятся.

Муж женщины вызывал скорую помощь при приступах, но когда она приезжала – приступ проходил сам собой. Выходы из квартиры и перемещения по городу, даже в пределах микрорайона, представляли для нее, в целом здорового человека, серьезную проблему. С целью обеспечения себе посторонней помощи при удушье она каждый раз продумывала маршрут передвижения по улицам, деля его на короткие отрезки с заходом в людные места – магазины, аптеки. И, как на войне, перебежками. Медицинское обследование не выявило заболеваний органов дыхания, и ей предложили обратиться к психологу.

Только через несколько встреч, не принеших ей существенно-го облегчения, вскрылся механизм очень быстрого самогипноза: девушка, не отдавая отчета себе в этом, представляла картину, в которой она видела себя в более худшем состоянии, чем есть на тот момент. Она буквально входила в образ придуманного ей ухудшения самочувствия. Люди, которые представляют себе ожидаемое, при подтверждении оно говорят: «Я так и знал!». Но наша героиня не успокаивалась на достигнутом: тут же создавала еще более худший вариант своего состояния – и снова входила в него. А вдруг со мной что-нибудь случится? А вот я уже нахожу первые признаки подтверждения. А вдруг будет еще хуже? И так далее. Через несколько таких «этапов» – приступ. Иногда на это уходило всего несколько секунд. Если ее отвлекали от этой внутренней работы, например, муж с известием о приезде «скорой помощи», она выходила из бесполезного транса.

Такие вещи работают, по выражению одного из светил психологии, только в темноте. Но нам показалось мало осознания – и мы сделали еще немного психологической коррекции.

Было ли это неосознанным привлечением к себе внимания, или же так проявлялись неуверенность и страх – автору неизвестно. Разумеется, у молодой женщины появляются, время от времени, различные житейские затруднения, но с этой проблемой она распрощалась.

Дышите глубже – вы сосредотачиваетесь

У автора был случай, когда женщина решила бросить курить под давлением мужа. Выяснилось, что она выкуривала ежедневно одинаковое количество сигарет, причем в определенное время. Курящие читатели легко смогут дать себе отчет, в каких именно ситуациях они закуривают. В исключительных случаях этого может оказаться достаточным для полной самотерапии. Разбор «Полетов» обнаружил, что с помощью сигарет день был поделен на отрезки. Первая утренняя сигарета после ухода мужа, помогала, так сказать, собраться, осмыслить себя и сделать приблизительную планировку дня. Вторая сигарета, через пару часов, ставила точку в окончании уборки жилья. Еще через час, после варки обеда, в процессе курения обдумывались детали похода в магазин или еще куда-нибудь. Следующая сигарета подводила итоги и результаты этого похода. Вечерняя сигарета – мысленная репетиция вечера. К концу нашей встречи у женщины появилась альтернатива курению – каждый раз она могла планировать, обдумывать, подводить итоги с ручкой и листком бумаги. Прямо на консультации она опробовала эффективность нового поведения. Принятие решения в появившемся выборе было оставлено за ней. Хотя, понятно, и то и другое является костылями. Но эта тема – следующий этап в ее продвижении к свободе.

Возьмите, пожалуйста, сдачи

Редко, но бывает, что проблема не в человеке. И искать решение в том, чтобы измениться – не дело.

Одна девушка, иногда приводя домой кавалера, так громко включала музыку среди ночи, что другая девушка, этажом выше, не могла заснуть. С чем она, вторая, и пришла за помощью. Другим ближайшим соседям эта ночная музыка тоже не приносила удовольствия. Как водится, очные встречи двух барышень к переменам не приводили. Я счел возможным взять на себя ответственность по решению этой проблемы на свой взгляд.

Девушке с верхнего этажа было предложено, предварительно объяснив свои действия соседям, каждое такое утро стучать в перевернутый таз у себя в квартире как раз над спальней нижней квартиры. Часов в девять, минут пятнадцать. Административно это не нарушение, имеет право. Рано или поздно барышне снизу это не понравится. Когда она выйдет на контакт с претензиями, барышня сверху тотчас же выразит свою готовность прекратить такие действия. Встречная просьба понятна. И хоть автор пока не знает конечного результата (дело было на выезде), обращавшаяся уходила с консультации жизнерадостной. Хорошее самочувствие при любом раскладе ей обеспечено. Даже если нимфомеломанка никогда не придет. Но я уверен, она до нее достучится.

Консультирование психолога существенно отличается от консультации врача, продавца и других коммуникаторских профессий. Ни в газетной статье, ни по телевидению невозможно передать особенности протекания консультирования. В нем есть необычное эмоциональное и интеллектуальное взаимодействие.

Останемся друзьями, лучше по-хорошему

Приведу еще пример.

Неженатый парень, имеющий высшее образование, работу и отдельное жилье, заметил у себя снижение потенции. Незадолго до этого, девушка, с которой он имел встречи, когда хотел, перебралась к нему жить. Отношения у них были очень хорошие, но... На консультации, получив помощь в обдумывании, он понял, что тем самым исключает теоретически возможные встречи с другой

девушкой, которая тоже ему симпатична. Стало понятно—снижение потенции есть нормальная реакция. Симптом, говорящий о недовольстве ситуацией. Сердцу, и не только сердцу, не прикажешь. Разве здесь нужны препараты для усиления мужской функции? Парень пришел к решению восстановить дистанцию с первой девушкой, то есть вернуть ее на прежнее место жительства с сохранением свободы встреч. Так же он обдумал, как он это сделает, сохраняя взаимоотношения хорошими. Молодой человек заявил, что проблема им решена. На совместное обдумывание ушло не более двух часов. Дальнейших встреч не понадобилось.

Эти примеры приведены не для праздного любопытства об интимных трудностях из личной жизни, а для ознакомления с возможностями решения проблем на психологическом консультировании. Кроме индивидуальной работы, есть еще психокоррекция в группе, исследование себя через дыхание, тело, рисунок. И много чего еще есть в этой относительно молодой, берущей корни в далеком прошлом, интересной и полезной области—практической психологии.

Координаты автора:

www.gusmanovmarat.narod.ru

gusmarat@mail.ru

Ψ ТВОРЧЕСТВО ПСИХОТЕРАПЕВТОВ

ПЕРВЫЙ ВРАГ

М. Е. Бурно, д.м.н., проф., г. Москва

Окончание. Начало в № 7, 2006

5.

В кабинете дежурного врача он сел за стол. И подумал: «Вот он, наконец, мой первый враг. Кажется, в таких случаях пишут докладную главному врачу. Повара уволят или—под суд.

Анисимов был убежден, что все делает правильно. Главное—чтобы лучше было больным. Все, что для этого,—правильно. Все, что против,—трусливо, гадко. Он был доволен таким неожиданно смелым собою. Увидел в окно Михаила и Аню. Они шли под руку в лес. Вышел к ним и сказал:

— Добрый вечер.

От заходящего желтого солнца тонкие сосны, казалось, светились изнутри. За верхушками сосен, за пучками длинных ярко-зеленых игл плыло похожее на крокодила бордовое облако, а все остальное небо—зеленовато-голубое.

— Прелесть,—сказала Аня, глядя на сосны.—Природа куда лучше, симпатичнее людей. Знаете, сейчас у речки Миша показал мне лягушку. Такая сказочно-зеленая!

— Главный у себя?—спросил Анисимов.

— Уехал куда-то. Завтра утром будет.

— Я тут у повара в шкафу две сумки мяса нашел.

— Ай-ай-ай!—сказала Аня.—Какая наглость! Воруют за милую душу.

Круглое острое лицо ее стало дергаться. Губки презрительно набухли. Сквозь золотистые кудряшки просвечивало солнце—и каждый волос светился.

— Безобразие,—сказала она, вздохнув.—Только не советую писать докладную, дело затевать... Напрасно все это. Воровать все равно не перестанут. А вам ночью окна расколосматят. Или камнем из-за угла запустят. А то еще хуже. Сами потом пожалеете.

Михаил, рассеянно слушая, кивнул головой. Загородился от солнца розовой ладонью с длинными ногтями и сказал:

— Бесполезно что-нибудь предпринимать. Пусть главный с ними занимается, хозчасть. А мы врачи. Наше дело—лечить.

— Странно говорите,—нахмурившись, произнес Анисимов.—Не наше дело—что больные голодные? Да я никого не боюсь. А то, что вы говорите—свинство.

Он заметил, как чуть отвисли вперед металлические очки Михаила, повернулся и пошел в кабинет. «Ишь какой стал!—подумал про себя Анисимов.—Прямо грубиян. Поглядели бы институтские ребята на своего застенчивого комсорга в настоящем, так сказать виде. В кабинете он посмотрел на себя в зеркало. Лицо было узкое, с продолговатым подбородком, тонкими губами—мальчишечье и некрасивое.

«Но хоть нет сейчас этой виноватой, всем угождающей улыбки»,—подумал Анисимов и отошел от зеркала. Сел за стол писать докладную. В дверь постучали, и увидел повара. Повар не улыбался. Щеки его зло дрожали.

— Надо договориться!—громко сказал тот.—Я не хочу обижать вас. Сколько я вам должен?

— Подите вон,—тихо, дрогнувшим голосом сказал Анисимов.

— Я только предупреждаю, доктор. Я хочу вам добра.

Анисимов смотрел, как двигается его широкий сальный подбородок, в душе Анисимова все будто онемело: понимал, что страшное происходит, но испугаться сейчас не мог.

— Лучше делайте добро больным. У этих людей отнято все. Они не могут радоваться жизни, как мы. Они вынуждены жить за забором.

— Это еще неизвестно—себя или нас они считают за забором.

— Оставьте вашу философию! Мы их слуги, а вы воруете у больных еду. Убирайтесь вон!

Голос его окреп. Лицо стало твердым.

— Чего вы корчите из себя патриота!—прохрипел повар.—Вы такой же, как все. Не лучше. И если б не учились в институте, таскали бы мясо, как я. Так чего рыпаетесь! Бросьте! Все мы люди. Все мы хотим жить. Сегодня именины дочки. Вот и взял мяса. На зарплату всего не купишь. Так успокойтесь. Мы еще выпьем вместе. А ежели главный получит докладную, я сверну вам шею, как гусю, за первой хатой и похороню в лесу.

— Докладную я уже почти написал,—сказал Анисимов.—Можете идти.

Повар повернул свое большое жирное тело и вышел. Анисимов походил по кабинету, лег на кровать и закурил. «Ишь гад!—подумал он.—Тоже своя утешительная философия... Кто за забором...»

6.

В кабинете дежурного врача было темно, ночь. Анисимов лежал на кровати, но заснуть не мог. «Такой не должен работать в больнице»,—думал он про повара. Вспомнил из какого-то чеховского письма: «перепробовал все, кроме стихов и доносов». «Конечно, это нехорошо—писать докладные, доносы»,—пришло ему в голову. Он сжал кулак так, что стало больно.

— Стоп, стоп, а не придумываешь ли ты опять утешительную теорию?—спросил он себя вслух.—Мне кажется, ты трусишь и уже не прочь разорвать докладную. Ночь, как и прежде, усиливает твою трусость.

Подумалось, что он сам и худой, и физически слабый, а лес близко и там действительно можно закопать человека, и никто не узнает. Закрыв глаза, увидел, как неповоротливый повар закапывает его труп ночью под деревом, а на дереве сидит филин с горящими глазами. «Как хочется жить!»—подумал Анисимов. Вспомнил девушку-студентку с высокой светло-желтой прической, которая учится сейчас на четвертом курсе, тоже хочет быть психиатром, и обещала писать ему. Вспомнил, что собирался, не мешкая, заняться диссертацией. «Да, все это здорово—размышлял он.—Враг, смелость, честность. Но стоит ли сейчас рисковать жизнью?»

– Это не трусость, нет, – пытался внушить себе вполголоса. – Просто не хочу поступать глупо. Если умру, будет действительно глупо, непрослительно глупо. Это не трусость, а разумный компромисс. Только и всего. И все-таки трусость... Может быть, струсить в последний раз и баста, а? – спросил он себя. – А потом начну жизнь чистую...

– Ну и гад же ты! – засмеялся над собой вслух.

Впрочем, «смех смехом, а умирать неохота». Как подумал всерьез о смерти, задрожали от страха руки, колени, подбородок. Захотелось разыскать участкового милиционера, рассказать ему все и не отходить от него, пока не будет пойман повар.

– Вот я и развернулся, – сказал себе вслух Анисимов. – Вот это типичный я. Вся жизнь был такой. Дороже всего собственная шея. А смелость, честность, благородная цель – это все мираж. Впрочем, может быть это действительно не трусость, а доброта? Может, повар после этого не будет больше? А может, у него большая семья и, в самом деле, нечего есть?

Анисимов как будто бы уже решил про себя струсить еще один раз – последний. В полной темноте он щелкнул фонарем – было два часа ночи. Пора отправляться на ночной обход.

7.

Анисимов встал с постели. Болели шея, плечи, не мог разогнуться. Подумал про себя: «Как мешок с киселем».

Вышел из кабинета и пошел по тропинке между черными кустами. «Это сирень, – соображал он. – Весной тут цветы сирени. Наверно, замечательно пахнет». Прошел мимо клумбы с каннами и гортензиями. Луны не было. Из черной беседки вышел повар в телогрейке и попал в свет фонаря.

– Давай сюда докладную, доктор, – сказал он.

Анисимов остановился. Повар вразвалку подошел ближе, как большой черный медведь. От него пахло водкой.

– Ну, давай ее сюда.

Он протянул жирную черную ладонь. Анисимов заметил, что в другой руке у него – короткая лопата.

Анисимов выключил фонарь, метнулся в сторону, потом бросился к повару всем своим костлявым узким телом и ударил кулаком в лоб. Повар пошатнулся и взмахнул лопатой. Анисимов бросился спиной в кусты. Лопата, просвистев, вонзилась в землю. Анисимов подпрыгнул к повару и ударил его еще раз в челюсть. Тот взревел, развернулся огромным кулаком, но Анисимов нанес ему еще один короткий удар в живот – и повар упал. Он хрипел, мычал и плевался кровью.

Анисимов пощупал пульс, послушал дыхание и сказал вслух, успокаивая и себя, и повара:

– Ничего, жив.

Когда обошел все отделения и проходил мимо клумбы с каннами и гортензиями, повара уже не было в траве на том месте. Он кашлял рядом в беседке. И услышав шаги Анисимова, замычал, выругался и плюнул.

– Прости, – громко-пьяно попросил он тотчас из беседки. – Прости, я больше не буду...

Анисимов по-прежнему не спал в темноте, в кабинете. Вспоминал острую короткую лопату и дрожал от страха. Он думал, что повар все же чем-то похож на того, отнимавшего у него завтраки парнишку в грязной кепке – из детства. Еще думал о том, что, наверно, смелым легче всё-таки быть в деле, которое по-настоящему любишь. Тогда ещё кое-как можно. В своем святом деле.

Деревня Ахлебинино, 1963

ИЗ КНИГИ «ПРИЗНАНИЕ В ЛЮБВИ»

В данной книжке представлены стихотворения, написанные в разные годы, о любви. Любви чистой и восторженной, приносящей радость и новизну ощущений, свободную от эгоизма и корыстного расчета. Любви искренней, глубокой, заполняющей всю жизнь и делающей человека счастливым. Эти стихи адресованы всем, любившим когда-то, любящим и ждущим рождения этого светлого чувства.

Автор – Алексей Чебан (Омск), психолог, член Союза писателей РФ

Моей маме посвящается

Внимая дерзкому порыву,
Из старых выросши одежд,
Явлюсь негаданно, красиво
Строкою завтрашних надежд.

Унынье праздное нарушу,
Где жизнь размеренно тиха,
И всколыхнуть посмею душу
Великим таинством стиха.

Протяните мне ладони –
Я звездой в них упаду.
Укажу всегда дорогу,
Заберу от вас беду.

Протяните мне ладони –
Теплым дождиком грибным
Их отмою я от боли,
Стану Вам навек родным.

Протяните мне ладони –
Мотыльком начну порхать,
Буду шелк красивой кожи
Вам крылами щекотать.

Протяните мне ладони –
Вас за все благодарю.
И держите крепко-крепко –
Душу в них кладу свою.

Бабье лето придет,
Тело сладко заноеет,
Бабья осень любовь
Листопадом укроет.

Будет бабья зима
С надоедливой стужей,
Только бабья весна
Чувства снова закружит.

Идет девчонка мимо,
С косичками вразлет,
Споткнулась суетливо –
До свадьбы заживет.

А свадьба будет точно,
Придет желанный час,
Решенье, как нарочно,
Зависит не от нас.

Вихрастому мальчишке
Любовь свою хранит
И верность, словно в книжке,
Как мама ей велит.

Что стар, что мал – то неззорно:
Ведь годы – вешняя вода.
Любви все возрасты покорны,
И мы равны пред ней всегда.

Газета зарегистрирована Комитетом РФ по печати. Свидетельство о регистрации ПИ № 77 12126 от 22 марта 2002 г.

Учредители: Профессиональная психотерапевтическая лига, Институт повышения квалификации Профессиональной психотерапевтической лиги, Межрегиональная коллегия врачей.

Главный редактор В. В. Макаров, редактор И. А. Чеглова, ответственный секретарь И. Ю. Калмыкова.

Газета распространяется по подписке и в розницу. Возможна подписка через редакцию. E-mail: center@oppl.ru

Адрес редакции: 115280, Россия, Москва, 2-й Автозаводской проезд д. 4, кафедра психотерапии, медицинской психологии и сексологии РМАПО

Отпечатано в типографии Sunprint. Тел.: 926 42 43.

Тираж 5000 экз.