

Печально, друг,

И зябко на душе,

Прибавил год

От щедроты седин,

Дышу на руки

В райском шалаше — один.

Под тяжестью ветров

И снега бурь,

И под унылый стук

Пустых годин

Прогнулась ввысь

Души больная голь — один.

Рисую синим,

Пепельным пишу,

Последний штрих,

Стираю всё с картин,

Ещё держу перо,

Ещё пишу — один.

Галихан Идрисов

Когда-то, в начале своей учёбы и работы в психологии и психотерапии, я решил вообще отказаться от этой специальности и заняться чем-то другим. Все «профессионалы», работу которых я видел, или не ведали, что творят (в лучшем случае), или лечились за счёт пациентов, дополнительно беря с них за это деньги и время жизни.

Был 1982 год, когда меня пригласили на Вильнюсский семинар, где я участвовал в работе группы А. Е. Алексейчика. Тогда я впервые увидел то, что назвал для себя «психохирургией». Это была настоящая работа, а не припудривание ран, косметика души. При всей своей проективности, это была очень точная психотерапия.

Это была Правда: правда жизни, правда отношений, правда чувств и мыслей — при всей их порой «неправильности», но искренности. Слои за слоем с участников группы сходила «короста» и искореженная «кожа», появлялась — Душа. Была создана атмосфера, в которой можно жить — душевно, духовно, просто, сложно. И всё это ощущалось защищённым — до той поры, пока человек снова не «обрастал» здоровой «кожей».

При этом роль ведущего была велика до той поры, пока создавались возможности такой жизни, а далее эти возможности нужно было только поддерживать.

Можно сказать о том, что основная идея ИТЖ — это Жизнь. Трудно сказать что-либо о принципах ИТЖ лучше, чем это делает сам А. Е. Алексейчик. Часто слышу разговоры о том, что его «методика» неповторима, не «технологична». Я думаю, что это не совсем так. Да, если говорить о точном копировании его работы — это неповторимо, как неповторим любой человек. Но это становится повторимо, если только использовать основные принципы работы ИТЖ: интенсивность, терапевтичность и жизненность. Этого можно добиться миллионами способов, не копируя А. Е. Алексеичика. Нужна только самая малость: разобраться, что такое — жизнь, что такое — смерть, для чего и для кого — живёшь, кем и чем — живёшь, что для тебя — любовь, вера.

Невозможно говорить о работе А. Е. без того, чтобы не отметить его владение Словом: он умеет в простых словах показать их суть («В начале было Слово...»). Со-трудничество, со-пере-живание, с-ложность — примеров можно приводить великое множество.

Менялся ли метод работы А. Е. со временем? Не думаю, что менялась суть работы, но менялись участники групп, пациенты, менялся сам , как меняется сама жизнь. А. Е. каждый раз находил новые лейтмотивы для работы в группе, и меня всегда поражает его умение видеть жизнь и людей — с таких разных сторон и с такой любовью.

ИТЖ имеет огромные возможности для личностного роста профессионалов и пациентов, и, как любая другая методика, в руках дурней она просто перестает быть ИТЖ по сути и смыслу, поэтому вреда от неё не вижу.

Любые другие школы и методы, в которых присутствует Жизнь, да ещё если она психотерапевтична и интенсивна, можно назвать настоящими.

Просматриваю в компьютере список скачанных фильмов, с сожалением начинаю их удалять: многие — ну очень интересные (для меня). Мои дети вряд ли будут их смотреть (так же, как и читать мои книги). Но книги остаются, и есть шанс, что дети когда-нибудь «споткнутся» о них и всё-таки откроют; ещё меньший шанс — что остановятся почитать; и ещё меньший — что захотят осмыслить, прожить прочитанное. Тут приходит мысль, что и я не шёл след в след со своими родителями — но торил свою тропу. Тем не менее они мне чудесным образом передали себя, свою жизнь, свою любовь, а уже антураж я находил — свой. Это сильно утешает. Скорее всего, и я своим детям передаю и могу передать только себя. Важно не спешить «наполнять» их собой: это было бы для них очень токсично. Я-то всё приобретенное пережил, «пережевал», профильтровал от «ядов» жизни, а некоторые — усвоил в дозах, необходимых для жизни (но моей — им это может повредить). Только любовь — вот что можно передать, чем можно поделиться, а уж эта любовь присоединит все остальные важные в жизни «вещи». Вот такие мысли позволяют со спокойной душой стирать «следы» своего пребывания на этой земле. Любовь — никогда не сотрётся...

Свобода всегда четко привязана в пространстве: свобода — от чего и для чего и обязательно — зачем.

Я выбираю свободу от своих привязанностей — еды, табака, алкоголя и т. п. — чтобы быть свободным от тяжести тела, трудности дыхания, замутнённости мыслей — для хорошего самочувствия и владения своим телом, душой, миром.

Свобода имеет направление: всегда изнутри — вовне. Если свобода приходит извне, то это не свобода, а освобождение. И еще нужно очень сильно призадуматься иногда — нужно ли оно тебе или всё же тому, кто тебе его «принёс».

Не существует свободы навсегда. Свобода не статична: она имеет протяжённость во времени. Ты не можешь быть свободен всегда — выбор свободы постоянен. Как только ты прервал свои выборы, ты уже не свободен, но зависим от внешних и внутренних обстоятельств.

Нет свободы выбора, есть только выбор свободы, ежесекундный, ежечасный и ежедневный выбор. Отсюда можно говорить и о том, что свобода — это не что, свобода

— это всегда кто (так же, как и истина).

Нет свободы без конкретного человека — есть законы и ограничения (если их нет — тогда беззаконие). И всё равно: в любых обстоятельствах, пока есть кто, может быть совершен выбор — свободы.

Читаю в это время И. Ильина — потрясающий провидец, душевный и духовный пастырь... Но как только начинает писать о социальном — чувствую пропасть! Как — ТАК понимая человека — не понимать, что мириады Истин, Свобод — не соединимы в идеальное общество, не стыкуются никогда во времени и пространстве (так как они одномоментны у всех). Так же думал, читая Франкла и Фромма, когда они начинали писать о социальном. Лишь отцы церкви понимают это, и поэтому церковь никогда не «прилепляется» к власти.

P S. Выслал Виктору Кагану эти мыслишки... У меня с ним (скорее, между нами) — пропасть в знаниях. Я — ничто в знаниях по сравнению с ним. Но эта пропасть легко «перешагивается» смыслами. У него со мной — пропасть в смыслах. И эта пропасть не соединима мостом знаний. Скорее, наоборот, знания, если начинаешь строить такой мост между смыслами, — всё более и более отдаляют друг от друга. Одно знание наслаивается на другое и присовокупляется к нему — и мы становимся всё дальше и дальше друг от друга. И только прекращение «строительства» такого моста останавливает наше отдаление, и вот тогда только любовь сближает безусловно.