

Ушел из жизни выдающийся психотерапевт, великий учитель и замечательный человек ДЖЕЙМС БЬЮДЖЕНТАЛЬ □

Джеймс Бьюдженталь — это целая эпоха в экзистенциальной терапии. Он создал школу экзистенциально-гуманистической психотерапии, специальную систему обучения психотерапевтов, названную им «Искусство психотерапевта», концепцию и практику присутствия, которое он считал краеугольным камнем мастерства психотерапевта.

Мне посчастливилось обучаться в школе Бьюджентля и встречаться с

ним лично.

Его уход из жизни для меня не только профессиональная, но и личная потеря. И я глубоко скорблю вместе с его коллегами и учениками.

Отдавая должное памяти Джеймса Бьюдженталю, я хочу поделиться некоторыми своими воспоминаниями.

С его подходом я познакомилась в начале 90-х на конференциях по гуманистической психологии в Москве и была очарована психотерапевтической работой учеников Бьюдженталю. Далее началось освоение этого подхода в рамках Российско-американской программы по экзистенциально-гуманистической терапии, директором и организатором которой я была на протяжении десяти лет. В Россию приезжали разные ученики школы Бьюдженталю и обучали его методу работы.

В 1997 году для российских психологов и психотерапевтов был организован семинар по экзистенциально-гуманистической психотерапии в Сан-Франциско. Это была прекрасная возможность обучаться непосредственно у самого великого Джеймса Бьюдженталю!

Бьюдженталь читал лекции, делал терапевтические сессии, вел обсуждения своей работы. Восхищала не только его работа, а, прежде всего, его личность. Он был необыкновенно живым, присутствующим, внимательным. Поражала его энергичность, доброжелательность, чувство юмора, включенность. Он был необычайно деликатен, бережен, замечал детали, нюансы состояния людей. Потрясала его способность быть таким и делать все эти удивительные вещи в свои 82 года!

Я вспоминаю очень трогательный для меня момент на этом семинаре. Как организатор, я сильно переживала одну сложную ситуацию и практически не могла сосредоточиться на работе. И Бьюдженталь, с которым я еще практически не была знакома, неожиданно подошел ко мне и спросил, как очень близкий человек: «Елена, с тобой все в порядке?» Я была очень удивлена и тронута его вниманием и участием. Я ощутила силу его Присутствия.

Вспоминаю впечатления о его психотерапевтической работе — она выглядела очень простой и, в то же время, завораживающей. Воспринималась как очень глубинное со-присутствие или со-бытие двух людей, вместе разделяющих общее переживание момента своей жизни. Работа с клиентом проходила часто в молчании, в глубокой сосредоточенности на его внутренних субъективных переживаниях, Джеймс называл это следованием процессу поиска. Сессия часто создавала ощущение интимности двух близких людей. Работа характеризовалась необыкновенным уважением к личности и переживаниям клиента. Восхищала способность работать, казалось бы, без всяких техник, представлялось, что она была построена исключительно на глубинной интуиции. Возникал вопрос: «Как это делается?» Работа выглядела как чудо! В то же время было ясно, что за этой простотой стоял большой жизненный опыт, практика, профессиональное мастерство.

На семинаре услышала слова, которые стали для меня, как для психотерапевта, очень значимыми. Я их полностью разделяю. Они сочетают в себе понимание миссии и ответственности терапевта. Джеймс Бьюдженталь учил, что задача терапевта заключается в том, чтобы помогать людям меняться, а чтобы терапевт мог это делать — он должен обладать способностью меняться в жизни сам. Сам Бьюдженталь, безусловно, в совершенстве владел этим искусством изменения. Он говорил, что он сам в жизни менялся благодаря глубинным встречам с жизнями разных людей, что стало возможным, благодаря его работе терапевта и его психотерапии, которую он назвал «терапия, меняющая жизнь». Он называл еще некоторые постулаты, важные для практики психотерапевта. Это «разрешайте вещам происходить» и «существует только настоящее». Эти постулаты отвечают глубокой мудрости жизни и искусства психотерапевта.

Джеймс Бьюдженталь был необыкновенно глубоким человеком- учителем в психотерапии и учителем в жизни. Он учил людей быть живыми, присутствующими, осознающими, жить настоящим, быть свободными, творческими. Он учил людей доверять себе, своей внутренней мудрости, поиску, открывать свои глубинные смыслы и находить внутренние ответы на тревожащие их экзистенциальные заботы. Он помогал людям становиться тем, кем они являются, поддерживал в них надежду и устремленность в будущее. Он учил людей быть живыми и сохранять ощущение жизненности. И сам он прекрасно умел сохранять это ощущение.

Я рада этому подарку в своей жизни — встрече с Джимом. Так называли Бьюдженталья его ученики в Сан-Франциско. Это звучало очень тепло и просто. И я так его называла. Я тоже его ученица. И близко переживаю потерю.

Спасибо, дорогой Джим, за твою школу, твое присутствие, заботу и участие, которое ты дарил людям. Светлая память тебе.

Ты навсегда останешься в сердцах своих учеников.

Мир и покой твоей душе.

Елена Мазур (Россия)