Автор: Алексейчик А. (Литва)

Аннотация

Первая глава книги А.Е. Алексейчика «Психотерапия жизнью. Интенсивная терапевтическая жизнь», публикацию которой мы начинаем, раскрывает перед читателями истоки врачебного искусства автора, опирающиеся на историю отношений вглубь, вширь и ввысь.

Ключевые слова: психотерапия жизнью, интенсивная терапевтическая жизнь, интенсивная терапевтическая вера, экзистенциальная библиотерапия, экзистенциальная супервизия, терапевтическое сообщество, семья, мои истоки, добрые люди, благодарность.

Известна мудрость, что искусство жизни состоит не в том, чтобы жизни добавить годы, а в том, чтобы к годам добавить жизнь. Я люблю добавлять и вечность, и дух. Что же можно сделать, чтобы добавить, наполнить, одухотворить истоки, историю моей, нашей психотерапии жизнью?

Напомню, что началось с наблюдения, что мгновения жизни, мгновения реальных условий начала заболевания оказывались действеннее многих часов моего врачебного искусства, искусственности. Заболев, люди оживали, становились душевнее, духовнее, одновременно — естественнее, природнее. Если вспомнить некоторых больших начальников, которых я лечил, они становились народнее, роднее.

Эта психическая, душевная, общественная, общая и индивидуальная патология и меня как врача, психиатра, психотерапевта, мужчину, человека, сына не столько за-ставляла, сколь наставляла быть собой, быть другим (другом), быть самостоятельным, но и быть со-обща. Не быть частью «Мы», а иметь это «Мы» как часть моего «Я». Это «Мы» объединяло мое «Я», но не снаружи, а изнутри. Потом уже, конечно, и снаружи... Пациент — часть меня. Я в нем участвую. Работа — часть меня, а не я — часть работы. Больница — часть меня, а не я — часть больницы. Общество, культура, история — части меня, а не я их часть. Сколько огромных и драгоценных частей было и есть во мне... Сколько общего с пациентами. Сколько жизней. Сколько жизни. И жизни реальной, действенной. Всё это не только складывалось, но и умножалось. Пациенты, учителя, коллеги, для которых реальностью были: «при поляках», «до войны», «при царе», «при ежовщине», «при немцах», «до революции», «после Рождества Христова»... Жизнь не только ученая, но и выученная, и вымученная...

Тут невольно перед глазами предстает еще один из моих пациентов и учителей, которого я раньше не упоминал — ксёндз Бронюс Страздас (Салакас, Биржай). Такая важная часть моего Я!.. Такой образ и подобие цельности и святости! Такая близость к Слову! Такая жизнь не от рождения до смерти, а от Адама до Страшного суда.

Так получалось, что вместе со своими пациентами я не столько противостоял (хотя это тоже бывало) этой жизни, а пред-стоял, со-стоял, у-частвовал в ней, болел ею, был за болью, приобретал иммунитет, стойкость, достоинство.

Жизнь цельная, целебная, интенсивная, напряженная. Такое же врачевание. С самого начала достаточно самостоятельное, но и укорененное, не словесное, тем более, не только видимое, не виртуальное, как принято теперь говорить.

Достаточно рано я у-бедился (побывал у беды), про-зрел, про-видел видимость слишком умственной терапии через «сознание, которое первично» вместо со-знания, которое со-вмес-тное, со-дружественное, со-общное, истинное, а не классовое. Убедился и в «видимости» неопределенного, беспредельного бессознательного, претендующего на роль души, и инстинктов, претендующих на роль Духа. Хотя, конечно, для многих это может быть замечательными тренингами, упражнениями ума, фантазии, отдыхом от реальности, от идейности сознательного и слишком сознательного. Многие психотерапевты и их пациенты увлекаются, соблазняются такими психотерапиями, бросаясь из одной крайности советской «рациональной» психотерапии в иррациональность. И там они не были собой, и тут не будут.

Хочется напомнить Владимира Владимировича Набокова: «Хуже психоанализа только большевизм!». К счастью, я переболел и тем и другим, как прививкой от оспы, а не самой оспой. Хотя с некоторыми пациентами болел всерьез и выздоравливал с ними, переживая кризисы, как в пневмонии.

Оказалось, что лучше жить во-всю: не идейно, не «сознательно», не «эмоционально», не «страстно», не «вольно», не «бессознательно»... И болеть, и выздоравливать по-своему, во-всю. Болеть «с душой», «набравшись духа». И выздоравливать с душой, набравшись духа.

Болеть и выздоравливать необходимо не только со своим «Я», но и со своим «Ты», «Мы», «Он», «Она», «Они» в себе и вне себя...

Подобные истоки и история и с Интенсивной терапевтической верой. Моя и моих пациентов «коммунистическая вера» была «газетной», «книжной», «фарисейской». Без живого с-видетельства. Без живой передачи. Вера в случающиеся чудеса, а не в чудеса происходящие. Не у-частие в чудесах. «Боже мой!» — как восклицание, как скороговорка. А не «Отче!», «Матерь Божия!», «Мой Отец! Мой сын!». Посланные мне Богом. Их Образ и Подобие.

Веру необходимо было у-своить, засвидетельствовать, делиться ею как Истиной, Путем и Жизнью. И это — труд, страда, выстраданность.

Интенсивное лечебное чтение — Библиотерапия. Путь от обитателя самой читающей страны в мире, но читающей чужое, «черт знает что», до читающих свое, собственное, самое для себя существенное: болезнь, ее причина, путь в болезнь и обратно, к смерти и обратно, к своим корням и к своим вершинам.

Интенсивная терапевтическая супервизия. Не обо-зрение, а с-видетельство. Видение «с-», с другим присутствующим, с душой, с духом...

Интенсивное терапевтическое сообщество. От малой группы, семьи до психотерапевтического отделения. От общения с дальними — к общению с ближними, осваиванию среди ближних, осваиванию ближних, осваиванию себя. От ранящих к ранимым. От себя ранящего — к себе ранимому, раненному. К обществу раненных, но выздоравливающих. От общения к обществу. От общества — к со-обществу.

Так выглядит мой абстрактный, научный образ моей профессии, моего творчества. Не скажу, что этот образ меня устраивает. Наверное, это лучшее, что я сегодня могу изобразить. Но он явно меня не-до-устраивает...

Конечно, психотерапия — не только мое дело. Это и наше дело. И Божье дело. Бого-угодное дело... Но это очень личное дело. Дело, которое не может быть без лица. Это пронзительно личное дело. Личностное. Дело, которое пронизывает меня от Адама до Страшного суда. От известных мне предков до неизвестных еще потомков. От учителей — до учеников. От учителей моих учителей до учеников моих учеников. Пронизывает от родителей моих пациентов, которые не так выражали к ним свою любовь, до детей моих пациентов, которые не так принимают их любовь... Всего даже не упомянешь... Но надо сказать кое о чем особо близком, личном.

Происхождение. О предках, которых знаю «из первых уст», которых помню, которыми жил и до сих пор жив... Происхождение самое завидное. Прадеды и деды в поте лица своего зарабатывали хлеб свой и не только для себя, но и для других. Например, дед по линии отца имел 200 десятин хорошей земли. И власть имели. В этом хорошем смысле слова: власть, которая от Бога, от дела. В пределах волости, села, фабрики... Тот удивительный достаток и остаток материального и властного состояния, который не погубил их даже при советской власти. Правда, оба деда не дожили до 1937 года.

Ощущаю, как много из того, что я имею в воле, власти и материи, я имею от них. Инстинкты, гибкость, крепость позвоночника, силу, легкость рук...

Дух, душу, ум, память, чувства, чутье, любовь, чуткость, осторожность, настороженность — это уже больше от нашей семьи: отец, мама, сестра, тетя, дядя... Наша семья, хотя и моя. Завидная семья... Все врачи, кроме тети. Всегда в центре жизни, центре проблем, и чужих больше, чем своих.

Дед со стороны отца... Хозяин... Староста огромного села... После революции сказал своим четырем сыновьям еще до всякой коллективизации: «Считайте, что у нас уже хозяйства нет. Что я землю продал, чтобы дать вам образование, высшее образование, дающее личное дворянство... То, за которое вас не убьют, и которое никто не отнимет... Умственное дворянство...». Два сына стали инженерами. Двое врачами. Оба инженера погибли во время войны. Оба врача выжили...

Отец. Крепкий крестьянский мальчик. Учительская семинария... Первый выпуск Минского мединститута с московской профессурой... Врач общей практики в провинции. Хирург. Ассистент на кафедре общей хирургии и топографической анатомии. Профессор. Заключенный в польском, немецком и советском концлагерях. Заведующий отделением. Врач в доме инвалидов для психических больных... Максимальный контакт с наиболее травматической эпохой, в наиболее невралгических местах...

Это он мне сказал, что он как врач имел дело с «чумой» физического травматизма (душевного тоже), а я, вероятно, буду иметь дело с чумой душевного травматизма...

Это он мне рассказывал, чего ждали от XX века, и что он принес. Какими люди казались, и какими они оказались. На что «мы оказались способны».

Какая разница между словом и делом.

И в этом море зла, царстве бесов (по Достоевскому) отец сумел ненавидеть только одного человека. Мог гневаться на многих, еще больше людей любил, был терпелив и ласков со всеми... И жил в океане добра, которое творил... Творил его из «подручного

материала» — зла, которого было вокруг в избытке...

Делал чудеса, которые сам не считал чудесами... Частично потому, что рядом с ним, около него, ради него они делались... И показывал то, что без него никогда бы не увидели...

Помню, когда я был еще ребенком, в какой-то своей детской слабости, каком-то детском горе, он мне сказал, что я могу не переживать: у меня уже есть заслуги «перед человечеством», я уже спас не одну сотню людей...

Знаешь, в 1941 году в немецком концлагере для военнопленных... Мне плохо... Другим еще хуже... Я бы мог некоторых спасти, если бы догадался сохранить хоть какие-то хирургические инструменты... Кажется, пережить все это невозможно... Но вспоминаю Тебя полуторагодовалого... Как Ты там без меня... И выжил... Ты меня спас... А знаешь, сколько я потом еще операций сделал? Сколько людей спас?..

Естественно, будучи с-видетелем, оче-видцем, будучи у такого источника, мне не оставалось ничего другого, как заинтересоваться медициной и самому заняться чудесами...

И то, что я сейчас вспоминаю об отце, это не воспоминания. Это действительно истоки, которые действуют на меня непрерывно, даже если я этого и не вспоминаю. Это не начало... Это начало всех начал... Это осуществление возможного... Осуществление промысла Божьего, начатого моим отцом во мне, со мной по попущению Божьему и во времени, тогда, и продолжающегося в вечности.

И продолжается сейчас в том моем побуждении, что я не могу не воспроизвести еще нескольких событий, хотя по моему уму и по моей воле хотел бы уже остановиться...

Лет через пять я спросил отца, почему он не генерал? Ведь войну он начал подполковником медицинской службы, начальником госпиталя?

Он меня спросил, представляю ли я, сколько своих и чужих солдат должен отправить на тот свет подполковник на войне, прежде чем он станет генералом?

Но ты же не пехотный генерал!

А ты представляешь себе, что такое приемно-сортировочный пункт, где ты должен выбирать, кого спасти, а кого отправить умирать? Для меня любые звезды на погонах были слишком тяжелыми...

Еще лет через десять я спросил отца, почему он всего лишь заведующий отделением, а не директор больницы?

Мне не нужно больше власти, чем я ее имею... Мой директор у меня работает хирургом на полставки. И знаешь, не он имеет власть, а власть имеет его. Как только власти чуть больше, чем тебе надо — она начинает иметь тебя... Знаешь, царь Николай II не хотел быть наследником престола...

Лет через 30, когда я был уже настоящим, опытным психиатром, а он — пенсионером, уже «негодным» у операционного стола, он, чтобы чем-то заняться, пошел работать в дом инвалидов для психически больных. Я несколько раз навещал этого «молодого», «неопытного» психиатра... И каждый раз рядом с отцом чувствовал себя молодым и неопытным, получающим дары отцовского, вечного опыта.

Однажды он сказал: «Вот ты, наверное, никогда души не видел. Идем, я тебе ее покажу. Только надень белый халат... Тут полгода тому назад привезли 27-летнего парня... Умственное развитие у него, как у ребенка трех-четырех лет... Родители его держали дома, пока не умерли... Сестре он был в тягость. Несколько лет она держала его в холоде и голоде, в избе со скотиной... Потом вот оформили сюда... Тут ему тепло. Чисто. Поправился на 10 килограммов... Смотрит телевизор... Из дома его увезли двое в белых халатах... Посмотришь, что он будет делать, увидев нас с тобой...» Бедный парень сразу бросился к нам с криком: «Домоу... Домоу... Домоу...»

Послушай, посмотри: не хлебом единым жив человек...

И рядом с отцом я и услышал, и увидел душу того парня и свою, и отцовскую душу, и всю нашу жизнь, и нашу врачебную профессию в ее сущности... «Там Фрейду делать нечего вообще», — подражая Владимиру Высоцкому...

Был ли отец ангелом? Слава Богу, нет!

Имею к нему претензии... Как и он — к Богу. Не имел, — хотя 32 года, как он ушел, — а имею.

Но ангел не мог бы так знать зло. Лично. И так преображать его в добро... И научить меня этому... И учить до сих пор... Когда мне трудно, я слышу, вижу, чувствую, как он поступил бы в этом случае...

Я не боюсь болезней... Я не боюсь собственной старости... Я вижу, как с возрастом становлюсь похожим на своего отца. Более похожим, чем был в детстве. И это меня радует...

Сложнее с мамой... Я все-таки мужчина... Частично благодаря ей именно такой, как отец, и даже самостоятельнее...

Еще труднее рассказывать о боковых корнях...

Еще труднее — о корнях вверх.

О дочке... Ей было года четыре, когда я ее спросил, почему она не слушается маму, но слушается меня. Она сказала: «Так ты же — мужчина...» И я почувствовал себя, про-чувствовал себя таким мужчиной, каким не чувствовал себя с такими женщинами...

От сына я получил все то, что я получил от своего отца, только в иных измерениях... Не только вглубь, но и вверх... Не нарушение законов, а их до-полнение, исцеление, наполнение, оживление.

Мой сын в 3-5 лет верил в Бога живее, действительнее, чем я... Лучше знал, какой он, Бог... И я узнавал... Уже вместе с ним, что по-знавал у отца. Но потом начал забывать... Каков он, Бог-отец? И Бог-

сын. И что есть духовные отношения... Не-постижимое, но реальное, действительное, действующее... Не «точка на линии», а точка пересечения, точка координат...

В чем разница между «Я» в одиночестве и «Я» с «Ты», «Я» — в «Себе» и «Я» — в «Мы»...

Но вот теперь могу остановиться... Переход к более материальному, к материальным истокам.

Время. Год рождения 1940. Я помню войну. Сирены и саму бомбежку. Стрельбу. «Немцев» и «русских»... Пленных русских и пленных немцев... Психологию войны... Настоящих инвалидов войны, калек... Победителей и побежденных... Побежденных победителей.

Ночные очереди за хлебом... Время, когда автомобили были только военными... Время без книг. Без радио. Без телевидения. Без колокольного звона. Время без 5/6 частей земного шара. Время без нормального прошлого. «Время без секса». Без антибиотиков и психотропных...

И время приобретения всего этого... Вначале субъективно, индивидуально, а затем и объективно, и совместно, и с готовностью усвоить, освоить «всё» «от Адама до Страшного Суда». С пониманием и согласием на цену. Тем более что уже столь много заплачено нашими предками, нами самими.

Страх цены еще более непомерной. «Лишь бы не было войны». «Материальный идеализм»...

У меня было ощущение, чутье, что я человек XX века, но еще более — XIX и XXI веков.

Место. Родина — Минск. Отечество — Вильнюс. Человечество — Виленщизна. Место призвания — семейное занятие, ремесло — врачевание, исцеление.

Средняя школа. Русско-польская, по-хорошему провинциальная, патриархальная... «Сын двух врачей», как титул и обязанность «потомственного дворянства».

Маленькая городская библиотека, где я за пять лет, с 8 до 13, перечитал все книги. Конечно, не все понял...

Медицинский факультет Вильнюсского университета. Провинциальный. Всего несколько блестящих преподавателей. Несколько оригиналов. Несколько — психопатов. Много теплых людей, у которых лучше всего учиться медицине.

Замечательные для образования библиотеки: университетская, Академии наук, Медицинская... Можно было читать довоенные издания З. Фрейда.

Место работы. Провинциальная Утенская психиатрическая больница. Утенская районная больница. Идеальное место для начала самостоятельной медицинской практики. Замечательные старшие коллеги: психиатры, терапевт, хирург. Что удивительно — замечательная администрация в обеих больницах... Начальники... Действительно — с ними начинал...

Дмитрий Дмитриевич Крыжановский... Вечная ему память. После него трудно было плохо относиться к начальникам, да и самому быть плохим начальником. Как в провинции, я сразу стал заведующим отделением... Он меня предупредил: не надейтесь быть хорошим начальником — еще ни один начальник не получил Нобелевской премии по медицине... Хороший средний и младший медицинский персонал. Домашнее отношение к больным... Наконец замечательные, «настоящие» больные, «конкретные», представляющие все слои общества: крестьяне, рабочие, учителя, милиционер, ксёндз...

Клиническая ординатура по психиатрии. С 1967 г. работа психиатром, психотерапевтом в Вильнюсской психиатрической больнице. Организация первого психотерапевтического кабинета в 1968 г. Организация психотерапевтического отделения в 1989 г.

Экстраординарная профессура с первым в СССР авторским семинаром переживания психотерапии на собственном опыте для психиатров, психологов и больных...

Столичная психиатрия. Столичные пациенты. От «мужика, который двух генералов прокормил», до министра... «Лучше быть первым, чем лучшим»...

В общей сложности два года повышения квалификации в психиатрических клиниках Москвы, Санкт-Петербурга... Полгода стажировок в психотерапии в Восточной Германии, Польше, Чехословакии, Венгрии...

Более сотни психотерапевтических семинаров в России, Прибалтике, Украине, Казахстане... Где я до сих пор и учу, и учусь...

Специализация вначале в рациональной, убеждающей психотерапии, потом — гипносуггестивной, тренажной, сексуальной, семейной, групповой, библиотерапия, психотерапия в терапевтическом сообществе...

Собственные направления интенсивной терапевтической жизни, интенсивной терапевтической веры, интенсивной библиотерапии, интенсивной супервизии, интенсивной терапевтической речи...

Сейчас довольно популярно выражение: «секрет успеха» — оказаться в нужное время в нужном месте... Случается...

К счастью, у меня так не случилось. Времена незавидные даже для моих предков... Места — история прокатывалась тут трамбовочным катком. Материальные условия — сапоги носились десятилетиями не из-за идеологии, а из-за того, что других не было. Идеология — единственно верная и потому «сапожная».

Сущностью моей счастливой личной и профессиональной судьбы «оказались» люди. Те люди, про которых говорят «добрый человек», как добрый молодец, добрая женщина, добряк, добродушный, надежный, богоданный, богопосланный... Иногда я думаю, что столько и таких добрых людей было много

вокруг потому, что именно времена, места были недобрыми, казалось — безысходными... И нам ничего не оставалось, как рваться ввысь, делиться добротой или, по крайней мере, каяться, раскаиваться. Часто для меня звучала «Молитва» Булата Окуджавы:

Господи, мой Боже!..

Дай передышку щедрому,

Хоть до исхода дня.

Дай же Ты всем понемногу...

И не забудь про меня!

Люди имели не так много. Во всех отношениях. Не только материально. Материально, вообще, чаще всего была скудость, часто — нищета. Но то, что они имели, было настоящим, своим, нажитым, не из вторых рук, «некупленным», «из своего огорода», в жизни необходимым, ухоженным, выхоженным...

На свое, «некупленное», люди щедры. Им хочется делиться благо-приобретенным, «нажитым добром»... Тем более что при той «бедности» покупателей «добра» было не так много. Ценителей — еще меньше... Особенно в нашей профессии.

Люди дали мне так много, что я всю жизнь чувствую себя неблагодарным...

В нашей сложной, душевной профессии только со временем приходит понимание того, как много мы получили и как уже тогда мы должны были быть благодарны за дары от души, с душой; а сколько еще потом... И сейчас передо мной проблема: как мне не то что поблагодарить, но хотя бы выразить им свою благодарность, когда у меня нет возможности даже перечислить всех своих практических учителей. Разве только символически, афористически, упоминая некоторых и сдерживая себя, чтобы не распространиться о них, как распространился о родителях...

Очень много у меня крестных отцов в психиатрии и психотерапии... Поносили они меня как крест свой... И я многих «несу» до сих пор... И, слава Богу, не всегда моя ноша легка... И никогда не хочется ее сбросить...