

Автор: Алексейчик А. (Литва)

Антанас Смальстис. Не столько первый, сколько первейший психиатр независимой, досоветской Литвы, буквально живший «среди» и «с» душевно-больными, будучи директором трех психиатрических больниц, заведующим отделением... И я три года жил с ним в психиатрической больнице с возможностью в любое время быть вызванным к больному. Он окончил Новороссийский мединститут. Стажировался в Германии, Швейцарии, у Е. Блейлера... «Стажировался» в советском концлагере... Объехал тогдашний мир, чтобы увидеть его собственными глазами.

Если у отца я проникался призванием быть человеком и быть врачом, то у Антанаса Станиславовича — быть человеком и быть психиатром...

Сам он был некурящим, но всегда носил в кармане сигареты, чтобы угостить больного, если тот попросит... Когда однажды в больнице (и в городе) исчезли безопасные бритвы, он отдал запас своих... Он любил больных... Будучи самим собой, будучи «господином доктором», он умел быть на равных с душевнобольным и, что еще труднее, с молодым коллегой...

Трудно удержаться и не описать один эпизод. Тем более что этот эпизод относится к тем живым, вечно живым истокам моей психиатрии и психотерапии.

Однажды в его присутствии больной спросил меня: «А ты тут кто такой?». Я привычно представился:

— Врач.

— Ты — врач? Г... ты, а не врач, — сказал больной.

Увидев мою некоторую растерянность, а может быть, и обиду, Антанас Станиславович усмехнулся и сказал: «Если хотите, я это приму на себя... Больной, широко глядя, гораздо чаще прав, чем нам, психиатрам, кажется... Он болеет 20 лет... Мы его излечить не можем... А еще надеемся. И кто мы после этого?.. Нас с больными, да и со многими здоровыми людьми, разделяет объем понятия».

И еще один эпизод. Однажды он мне сказал, чтобы я не увлекался постижением человека через его болезнь.

Лучше всего, каков человек «на самом деле», показывает не болезнь, а концлагерь... Но это не то дело, которым люди могут заниматься...

Наполеонас Индрашюс. Первый гипнотерапевт, у которого я учился и который, подобно древнеримскому сенатору, бесконечно повторял мне, что пора создавать литовскую оригинальную «мужицкую» психотерапию... Спасибо ему за терпение!

Марк Бурно. Чехов русской психотерапии... Но не только. Имея его в друзьях, невозможно не стать другом всей русской психиатрии и психотерапии XX века. Через него живьем постигаешь П.Б. Ганнушкина, С.И. Консторума, немецкую классическую психиатрию и психотерапию...

Владимир Мурзенко. Самобытный психотерапевт. Оригинал. У него я учился психотерапевтической смелости и куражу. А это в нашей профессии, в XX веке — ой, как немало.

Курт Хёк. У него я учился немецкой правильности, систематичности, организованности, объективности, учился быть учителем... Для меня он был тем учителем, про которого О. Бисмарк говорил, что это немецкий учитель выиграл франко-прусскую войну. Конечно, учителем в психотерапии и организации. Рядом с ним можно было испытывать необыкновенные состояния. Например, я готов был стать немцем... К счастью, это были непродолжительные состояния. К несчастью, я не столь долго состоял в учениках у Курта... Но вот уже 29-й ежегодный семинар, проводимый в нашей больнице, очень многим обязан ему. Низкий поклон ему за это и многое, многое другое... Вечно со мной его слова: «Это неважно, что начальство не знает, что мы — великие люди. Важно, что это знаем мы!» Или: «В наше время перед людьми стоит не столько проблема с Эдиповым комплексом, сколько проблема с авторитетом».

Стефан Ледер. Польский психотерапевт. Virtuoz психотерапевтического общения.

Станислав Кратохвил. Чешский психотерапевт. Мастер психотерапевтических сценариев. Вдохновляющий пример психотерапевтической, рабочей гипомании... Если меня иногда «заносит» в работе, то порядочная доля «вины» на нем... Вечная ему благодарность за это...

Вольфганг Кречмер... «Вольф», просивший меня свозить его в подмосковный лес, где начиналось его знакомство с Россией в далеком 1942 г.

Люди, коллеги, которые встречались на профессиональном пути как будто мимоходом, нечаянно, но преображали мой профессиональный мир, ничего не отнимая от него, но добавляя к нему новый образ... Иногда, я думаю, это было незаметно для них и, может быть, вначале даже для меня, но последствия были колоссальными, хотя и недоказательными. Приведу два крайних случая, которые, быть может, воспримутся и без местного и временного контекста в контексте вечном.

1976 г. Восточная Германия. Я в гостях у немецкого профессора психологии Фолькера Хейзе, который младше меня лет на семь. Утром выхожу из своей комнаты и вижу: он чистит мои туфли... А свои еще не вычистил...

Как старшему брату, — улыбается он...

Я чувствую себя немецким академиком...

2006 г. На моем семинаре в г. Иваново игумен Евмений вдруг смущенно замолкает и объясняется: «Чуть не назвал Вас „отец Александр“...» Я чувствую, что получил духовный сан...

Надо, очевидно, обратить внимание на многомерность и потому реальность переживания. Я ничего не просил... Очевидно, заслужил... Получил... Невозможно отказаться. Невозможно не принять... Хейзе уже чувствует себя младшим братом, считая меня — старшим... Отнюдь не советским старшим братом... Евмений — лицо духовное. Власть имеющее... Оба они благодатные, добрые... От них получаешь не части мира, а целостность мира. Не из вторых и даже не из первых рук, а от первого лица. Мир приобретает свою высшую форму, высший образ, свое лицо. И это не только лицо Фолькера или Евмения, не только лицо академическое или духовное. Не только лицо немецкое или русское... Это наше мирное лицо с материализацией нашей духовности при очевидцах, свидетелях... Через таких людей и мир, и себя вос-принимает более непосредственно, цельно, живо, более, чем посредством отдельных ощущений, чувств, представлений, слов, идей...

Люди. Со-трудники. Не товарищи... Господа... Рядом с которыми и ты — господин в труде этого мира, господин в работе.

Хен и Галина Миккины, Григорий Зицер, Галихан Идрисов, Виктор Каган, Римас Кочюнас, Константин Ковалёнок, Семен Есельсон, Анатолий Финский...

И сотрудники отделения: врачи, психолог, медсестры... Тоже каждодневные, на-сушные господа, которые делают со мной то, что я сам, один не сделал бы... Или сделал бы не столь свое-временно, не столь у-местно, не столь цельно, целебно, на-живо, о-живленно... Слава Богу, они не ангелы... И это оживляет и греет.

И, наконец, основной источник живости, цельности моей — нашей психотерапии — пациенты, пациенты, пациенты — больные люди, люди с больной душой...

В узко воспринимаемом «моем» XX веке было не принято говорить о душе, даже в психиатрии и психологии... В лучшем случае говорилось о психической жизни, и звучало это как «психиатрическая жизнь»... «Псих»... «Психическая болезнь» звучало «нормальнее», чем «душевная болезнь»... И только с настоящими душевно-больными можно было естественно говорить о душевной боли. О душевной подавленности, душевной скованности, душевной помраченности, душевной слепоте, глухоте, душевной слабости, пустоте, теплоте на душе, просветлении на душе... И души открывались... Именно души, а не подсознание... И без всякого гипноза. Потому что душа болела, потому что «наболело» на душе... Потому что нормальное состояние души — открытость... Нормальное состояние духа — «сверхпроводимость»... И у «рядового», и у «генерала»... И у «послушника», и у «пастыря»... И «нормальное состояние души — болеть за человека, за других людей, за близких...». Болеть, чтобы пере-болеть, чтобы вы-здороветь, чтобы здравствовать, чтобы ценить здравие, что возможно только после боли...

Никогда не забуду, как один из первых чинов Литвы в ответ на мой вопрос «Как давно начала побаливать душа?», без всякой подготовки с моей и его стороны сказал: «С 1940 года. Разве мы думали, что так получится?.. Мы думали, что русские, как старшие братья, будут помогать нам советами, нас поддержат, подстрахуют... Будут помощниками... А они... Стали не старшими, а страшными... Да мы бы со своим трудолюбием сами бы точно коммунизм построили!»

А каким благодарным во всех смыслах он оказался пациентом!.. Из-за своей душевности и духовности... Несмотря на образование в 4 класса плюс высшую партийную школу... С ним может сравниться разве что директор тюрьмы. Он обязался, что если я попаду в

тюрьму, то в любой тюрьме СССР буду «жить как король»... Думаю, некоторые мне не поверят... Уверен: ему бы поверили...

Пациент-священник. Как будто мне ничего не обещал... Но как-то обронил как факт: он видит, что Бог ко мне милостив... Это не было, это есть со-бытие, «праздник, который всегда со мной»... Он как-то это произнес, как засвидетельствовал... И не только за меня, но и за моих пациентов, для моих пациентов... И как такой свидетель, про которого говорят: «Один хороший свидетель лучше десяти хороших адвокатов». И как будто не надо мне уже никогда адвокатов... У меня есть такой свидетель.

Священник давно ушел в лучший мир, но ни этого свидетельства, ни свидетеля я не лишился... Он остался свидетелем тут, для меня и стал свидетелем там, перед большинством... Добрый свидетель... Проводник... «Сверх-проводник»... Исток, как родник, двигатель, процесс...

Когда я планировал этот раздел, я не сомневался, что упомяну именно этого священника, именно это вечно живое, оживляющее, помогающее, наполняющее, одушевляющее свидетельство. И — вряд ли что-либо еще... Не тут-то было: бьют ключом из этого источника не воспоминания, а образы и явления... Одним из них не могу не поделиться.

Каждая встреча с ним, когда еще только назначалась, становилась тяжестью,

испытанием для меня... И не из-за болезни священника: тут как раз было легко — моя профессия. А из-за встречи с личностью, с живой, неограниченной, непостижимой личностью, явно превосходившей и по возрасту, и по душевности, и по духовности мои возможности... Можно сказать, что с тревогой, страхом, трепетом я ожидал этой встречи... Если она почему-то откладывалась, я вздыхал с облегчением... Но стоило встрече начаться — становилось легко. Я был у источника доброты... В начале встречи эта легкость была не моя, а его, потом — наша, потом — и моя... Но назначалась новая встреча...

С тех пор я уже не избегал тяжести во встречах с другими пациентами... Тяжесть эта становилась источником доброты и преображения. Я не «стеснялся» нагружать подобной тяжестью других пациентов, не стремился к легкой, приятной психотерапии.

Надеюсь, что для достаточно многих пациентов встречи со мной могут быть похожи на встречи с Б. С. Таких пациентов десятки...

Труднее представить тысячи тех пациентов из «золотой середины», без которых не было бы той «критической массы», благодаря которой может начаться «цепная реакция жизни» и в собственной психотерапии. Которые являются «травой», без корней которой не было бы почвы, сада, леса, ручья... А был бы раскаленный песок теории, идеологии, психотерапевтических техник, когда не только источники, но и реки жизни уходят в «песок». Конечно, это не физическая масса. Это множество «других», необходимых для того, чтобы в сравнении с этим множеством можно было утвердиться в своей единственности, цельности, единстве в противопоставлении другим и единстве с другими, в своей и их многомерности.

Несколько таких благодатных, «типичных» образов.

Звонок телефона...

— Здравствуйте, доктор! Это ... , которому Вы разрешили приходить к Вам раз в полгода для уверенности... Кажется, я могу обойтись звонком раз в полгода. Услышу Ваш голос и успокаиваюсь...

Другой образ. После двух часовых обследований говорю пациенту: «Не нахожу у Вас ничего сколь-либо значительного, что позволило бы определить как болезнь... Так, разные «мелочи», которые в наше время бывают у многих здоровых и которые просто «стимулируют душевный иммунитет»...

— Так, — говорит пациент, — а почему другие уже пять лет что-то находят?

— А что они находят?

— Да вот, не говорят, но лекарства всегда назначают...

— Значит, и они ничего не обнаруживают, кроме Вашего повышенного беспокойства из-за «мелочей»... Но если хотите, походите ко мне раз в 2-3 недели. Я за Вами понаблюдаю...

После пяти «проверочных» визитов.

— Что, еще не нашли?.. А я нашел! И успокоился. И, знаете, хорошо, что с а м нашел, а не Вы нашли...

Еще один образ. Звонок: «Доктор, Вы меня, наверное, не помните. Но хочу Вас поблагодарить. Около года тому назад я хотела попасть к Вам на лечение, а Вы меня после 5 минут разговора не приняли... Но так, что я поняла: раз он не видит во мне

сумасшедшую, значит, я себе только кажусь сумасшедшей. Я начала себя сравнивать с другими... Полгода, как я уже здорова».

Еще один звонок...

— Извините, доктор! Мне надо было услышать Ваш голос... А то мне сказали, что Вы уже умерли... Я, конечно, не поверила, но мне так важно было убедиться самой... Вы когда-то сказали мне, что я Вас переживу, но я не помню, на сколько...

Особую категорию составляют пациенты по ту сторону «золотой середины». Те, кому нам не суждено помочь, «неблагодарные» пациенты, которым, тем не менее, мы многим обязаны, и в первую очередь познанием границ наших возможностей. Таких пациентов, к счастью, у меня было достаточно, хотя и немного.

Особо обязан я тем нескольким пациентам, которые обращались ко мне, в наше отделение, чтобы подготовиться к смерти, «достойно умереть», «умереть без страха», «примириться с миром», с близкими людьми... Вместе с ними я переживал «время смерти» и вечность жизни...

Другая категория пациентов — это те, для которых болезнь — образ жизни; те, которые без болезни не могут жизнь чувствовать, не могут общаться, в глубине души не хотят выздоравливать, хотя от своей болезни

достаточно страдают и хотят, и даже любят лечиться... Если их лечить «всю жизнь», они могут составить славу врачу, но и ославить, проклинать врача, если он попытается «насильно» вылечить.

Неохотно как врач, но охотно как профессор вспоминаю симпатичную пациентку, которая мне сочувствовала: как я с «таким гигантским гипнозом» не могу справиться с ее болезнью. Конечно, я ей тоже благодарен за возможность пережить взаимосвязь болезни и здоровья, «благотворности» болезни для больной, болезненности этой болезни для меня, переживания мощи и немощи «моего» и «ее» гипноза...

И, конечно, невозможно постижение психотерапии без испытания бездны претензий и неблагодарности некоторых пациентов. Тем более что большинство из них приходят к психиатрам и психотерапевтам с ожиданием или даже требованием чуда и испытывают разочарование. Как и мы, психотерапевты, ожидаем от них и от себя чуда и имеем к ним претензии, к себе, к своим коллегам. И в том случае, если чуда не происходит, и еще больше, если чудо происходит, но не в том объеме, не так часто... Спасибо им за их отрезвляющую неблагодарность, дающую и нам некоторое право и возможность выносить свою, выше уже упомянутую неблагодарность, недолюбливать их...

К истокам ИТЖ я не могу не отнести некоторые книги или, скорее, их авторов, с которыми я состоял когда-то и, в какой-то степени, состою сейчас в живой общности.

Назову их в очередности действия на меня, преимущественно в возрасте 20-40 лет, в первые 20 лет моего профессионального созидания.

К.И. Платонов. Слово как физиологический и лечебный фактор.

В. Бехтерев. Коллективная рефлексология.

А. Яроцкий. Идеализм как физиологический фактор.

К. Юнг. Поздние мысли. Воспоминания, сновидения, размышления. О шизофрении.

А. Адлер. Смысл жизни.

З. Фрейд. Психопатология обыденной жизни.

И. Консторум. Очерки психотерапии.

Э. Кречмер. Об истерии.

В.В. Розанов. В мире неясного и нерешенного. Сумерки просвещения.

Л. Шестов. Власть ключей. На весах Иова.

С. Франк. Живое знание. Душа человека. Русское мировоззрение.

Н. Бердяев. Новое средневековье. О самоубийстве. Царство духа и царство кесаря.

Д. Мережковский. Не мир, но меч. И др. публицистика.

М. Меньшиков. Письма к ближним.

И. Ильин.

У. Джеймс. Прагматизм. Многообразие религиозного опыта.

К. Ясперс. Общая психопатология.

Ф. Плевако. Судебные речи.

С. Левицкий. Трагедия свободы.

Митрополит Антоний Сурожский.

Э. Розеншток-Хюсси. Речь и действительность. Бог заставляет нас говорить.

Арх. Иоанн Сан-Францисский.

Боюсь перечислять больше...

Тем более что не перечисляю десятка современных мне психотерапевтов, которые когда-то были труднодоступными и очень популярны сейчас: Э. Фромм, М. Эриксон, Л. Волберг, К. Роджерс, К. Витакер, Дж. Бюдженталь...

Сам удивляюсь, почему они не оказали на меня такого влияния, какого я ожидал и хотел. Возможно, потому, что я читал их не на своем родном языке, возможно, потому, что они принадлежат к иному, чем мои пациенты, культурному кругу; возможно, к этому времени я уже имел слишком много своего и «иммунитет» к «чужому».

Совсем не упоминаю многих замечательных популяризаторов психотерапии, которые оказывают на меня влияние через чтение и вопросы моих пациентов... Надеюсь их упомянуть в разделе библиотерапии.

Тест на благодарность авторам этих книг: в среднем за эти книги я платил десятикратную по сравнению с другими книгами цену; некоторые из них были антиквариатом, другие привозились из Польши, Германии, но никогда я не пожалел о цене...

Кстати, трудно удержаться от благодарности моим букинистам. В память об одном из них. В 60-е гг. вышла в Союзе первая книга К. Ясперса «Куда движется ФРГ?». Стоила она тогда рубля полтора. Но дефицит. Я попросил своего букиниста достать мне.

— Как скоро?

— Чем скорее, тем лучше.

— Вы, доктор, так разбогатели?

— А в чем дело?

— Если Вы согласны ждать три месяца, она будет стоить Вам 3 рубля. За это время она будет «проплывать» мимо меня. Чтобы получить в течение месяца, я специально буду ее заказывать и она будет стоить 5 рублей. Если Вы хотите ее получить в течение трех дней, стоить она будет 50 рублей: я отправлю за ней в Москву нарочного — я знаю, где она «лежит»...

Я выбрал месяц...

И в заключение два со-бытия, представляющие истоки моей психотерапии.

1965 г., тридцатилетний пациент с кардиофобией. Однажды в переполненном троллейбусе ему стало не хватать воздуха, появилось сердцебиение... Он должен был выйти из троллейбуса. И с тех пор боялся ездить в троллейбусах. А это был его многокилометровый маршрут на работу и с работы...

Я уже «технически» достаточно опытный психотерапевт. Провожу разъяснительную, убеждающую, суггестивную, гипносуггестивную, гипнотренажную, тренажную психотерапию... Состояние пациента улучшается, он начинает проезжать на

троллейбусе все большее количество остановок... Но не может проехать тот участок, где впервые появился приступ страха...

Я задумываюсь. Что содержится в этой минуте реальной езды, реальной жизни, что «сильнее» 20 часов моего мастерства? Что такое жизнь внешняя и жизнь внутренняя? Моя жизнь и его, пациента? Почему себя я могу убедить, а его — нет? Почему себе могу внушить, а ему — нет? Что такое болезнь? Что такое здоровье? Что есть единство, цельность, целительство? Что в нашей области со-ответствует физическому иммунитету? Вопросы себе и больным...

«Годы, люди, жизнь...»

1980 г. Мы с трехлетним сыном гуляем во дворе. Вдруг с лаем к нему бежит маленькая собачка. Несколько метров он в ужасе бежит от нее... Я подхватываю его на руки. Мгновенно ужас и паника сменяются уверенностью, превосходством. Сверху сын с торжеством, «свысока» смотрит на собачку... Слабое «Я» превратилось в могучее «Мы»... У меня — тоже... «Очевидное невероятное».

Воплощение слабости. Воплощение силы. Воплощение отдельности, раздельности и единства. Не исчезновение одного в другом, не смешение, не «помешательство», а различие и благодаря этому настоящее малое и большое единство, единство внутреннее и внешнее.

15 лет, повторенных в мгновение.

Мгновение, равное 15 годам, может быть, вечности...

Не война, но мир.

Приятие мира. Испытание его, себя, нас...

Без слов громких. Но сколько слов тихих.

Плоскость и вертикаль.

Безграничность, но и о-предел-енность.

Здоровье — единство внутреннего мира, его единство с внешним миром. Болезнь — ослабление этого единства, его равновесия.

Терапия — целение.

Психотерапевт — посредник, медиатор, медик к цельности со своими собственными процессами, своей душой и духом.