



ИРВИН
ЯЛОМ



**ЛЖЕЦ
НА КУШЕТКЕ**



Москва
2021

УДК 821.111-31(73)
ББК 84(7Сое)-44
Я51

Irvin D. Yalom
LYING ON THE COACH

Copyright © 1996 by Irvin D. Yalom.
Translation rights arranged by Sandra Dijkstra Literary Agency

Перевод *М. Будыниной*
Художественное оформление *П. Петрова*

Ялом, Ирвин.
Я51 Лжец на кушетке / Ирвин Ялом ; [пер. с англ. М. Будыниной]. — 4-е изд. — Москва : Эксмо, 2021. — 480 с. — (Практическая психотерапия).

ISBN 978-5-04-198244-7

Роман Ирвина Ялома «Лжец на кушетке» — удивительное сочетание психологической проницательности и восхитительно живого воображения, облеченное в яркий и изящный язык прозы. Изменив давней привычке рассказывать читателю о внутреннем мире и сокровенных переживаниях своих пациентов, доктор Ялом обращается к другим участникам психотерапевтических отношений — к самим терапевтам. Их истории рассказаны с удивительной теплотой и беспощадной откровенностью. Обратившись к работе доктора Ялома, читатель, как всегда, найдет здесь интригующий сюжет, потрясающие открытия, проницательный и беспристрастный взгляд на терапевтическую работу. Ялом показывает изнанку терапевтического процесса, позволяет читателю вкусить запретный плод и узнать, о чем же на самом деле думают психотерапевты во время сеансов. Книга Ялома — прекрасная смотровая площадка, с которой ясно видно, какие страсти владеют участниками психотерапевтического процесса.

УДК 821.111-31(73)
ББК 84(7Сое)-44

ISBN 978-5-04-198244-7
© Будынина М., перевод на русский язык, 2011
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

*Будущему — Лили, Алану,
Леноре, Джейсону.*

*Пусть ваши жизни будут
наполнены чудом.*

Пролог

Эрнесту нравилось быть психотерапевтом. День за днем пациенты открывали ему самые сокровенные тайники своей жизни. День за днем он успокаивал их, утешал их, прогонял отчаяние. А его за это обожали, холили и лелеяли. И платили ему, не без этого. Хотя Эрнест часто думал, что, не нуждаясь он в деньгах, он бы занимался психотерапией на благотворительных началах.

Счастлив тот, кто любит свою работу. Эрнест, разумеется, понимал, что ему повезло. Более того, он понимал, что на него снизошло благословение. Он нашел свое призвание и мог со всей уверенностью заявить, что находится именно там, где должен быть, — на пике своего таланта, интересов, страстей.

Эрнест не был религиозным человеком. Но каждое утро, когда он открывал регистрационную книгу и видел имена восьми-деяти дорогих его сердцу людей, с которыми ему предстояло провести этот день, его охватывало чувство, назвать которое он мог лишь религиозным. В такие моменты его охватывало непреодолимое желание расслабиться в благодарностях — кому-то, чему-то, что привело его на верный путь.

Бывало, по утрам, вглядываясь в небеса над Сакраменто-стрит, в утренний туман, он представлял, как в неверном свете утра перед ним проходят его предшественники-психотерапевты.

«Спасибо, спасибо вам», — прошептал бы он. Он благодарил их всех — всех целителей, лечащих отчаяние. В первую очередь — прародителей, чьи неземные силуэты были едва различимы: Иисус, Будда, Сократ. Далее —

чуть более отчетливые образы отцов-основателей: Ницше, Кьеркегор, Фрейд, Юнг. Ближе — старшее поколение терапевтов: Адлер, Хорни, Салливан, Фромм и милое улыбающееся лицо Шандора Ференци.

Несколько лет назад они откликнулись на его отчаянную мольбу, когда после практики в лечебнице он повел себя как любой полный амбиций молодой нейропсихиатр и занялся нейрохимическими исследованиями, обещающими большое будущее и море возможностей для личностного роста. Прародители знали, что он сбился с пути. Его место было не в научной лаборатории. И не на раздаче лекарств в психофармакологии.

Они послали к нему вестника — забавного, курьезного посланника власти, — чтобы вернуть его на предназначенный ему путь. До этого дня Эрнест не знал, почему он решил посвятить себя психотерапии. Но он помнил, когда принял это решение. Он помнил этот день со всей ясностью. Прекрасно помнил он и посланника. Это был Сеймур Троттер, человек, которого он видел лишь однажды, но который изменил его жизнь раз и навсегда.

Шесть лет назад председатель кафедры назначил Эрнеста на прохождение практики в Стэнфордском комитете этики клинической медицины, и первым дисциплинарным иском, с которым ему пришлось работать, было дело доктора Троттера. Сеймур Троттер был патриархом психиатрии и бывшим президентом психиатрической ассоциации семидесяти одного года от роду. Он был обвинен в сексуальных домогательствах к своей тридцатидвухлетней пациентке.

В то время Эрнест был помощником профессора, четыре года назад закончившим учебную практику в лечебнице. У него была постоянная работа в сфере нейрохимических исследований — и ни малейшего представления о мире психотерапии. Именно поэтому он не понимал, почему именно ему поручили работать с этим случаем, а произошло это именно потому, что никто другой за него не взялся бы: любой психотерапевт со стажем в Северной Каролине благоволел перед Сеймуром Троттером — и боялся его.

В качестве места для проведения интервью Эрнест выбрал строгий административный кабинет больницы и приложил все усилия к тому, чтобы выглядеть официально. В ожидании доктора Троттера он поглядывал на часы, перед ним лежала папка с иском, но он не открывал ее. Чтобы остаться беспристрастным, Эрнест решил беседовать с обвиняемым, не имея никакой исходной информации, что позволило бы ему выслушать историю из его уст без каких бы то ни было предубеждений. Он ознакомится с содержанием этой папки позже и, если возникнет такая необходимость, назначит вторую встречу.

Он слышал стук, раздающийся в холле. Доктор Троттер слеп? Его никто об этом не предупреждал. Стук, сопровождаемый шарканьем, приближался. Эрнест встал и вышел в холл.

Нет, он не слеп. Калека. Доктор Троттер ковылял по коридору, неловко балансируя между двумя тростями. Согнувшись, он широко расставлял трости, держа их практически на вытянутых руках. Его крепкие, сильные подбородок и скулы были в хорошей форме, но все остальное пространство было покрыто морщинами и старческими пятнами. Кожа на шее собралась в крупные складки, из ушей выбивались пучки белой поросли. Но годы не могли взять свое — что-то юное, даже мальчишеское осталось в этом человеке. Что же это? Может, волосы — ежик густых седых волос — или одежда — синяя джинсовая куртка поверх белого свитера с высоким горлом.

Знакомство прошло в дверях. Доктор Троттер сделал два нетвердых шага, вдруг вскинул свои трости, бешено завертелся и, словно по чистой случайности, спланировал прямо на свой стул.

«О-па! Что, удивился?»

Эрнест не мог позволить себе сойти с намеченного пути.

«Доктор Троттер, вы понимаете, для чего нужно это интервью и почему я записываю его на пленку?»

«Я слышал, что руководство госпиталя собирается представить меня к награде как лучшего сотрудника месяца».

Эрнест не ответил. Он не отрываясь смотрел в его огромные круглые очки.

«Простите, я знаю, что у вас есть работа и вам надо ее выполнять, но, когда размениваешь восьмой десяток, начинаешь смеяться над такими вот удачными приколами. Да, на прошлой неделе пошел семьдесят второй год. А вам сколько лет, доктор?.. Я забыл, как вас зовут. Каждую минуту, — произнес он, постучав себя по голове, — дюжины нейронов коры головного мозга вылетают наружу, словно дохнувшие мухи. Самое забавное в этом то, что я опубликовал четыре работы по болезни Альцгеймера — разумеется, уже не помню где, но в хороших журналах. Вы знали об этом?»

Эрнест покачал головой.

«Итак, вы не знали, я забыл, так что мы с вами в одной лодке. Знаете, что самое классное в болезни Альцгеймера? Ваши новые знакомые оказываются вашими старыми друзьями, и вы сами можете класть себе подарки под елку».

Эрнеста все это раздражало, но он не смог сдержать улыбку.

«Итак, ваше имя, возраст, мировоззренческая позиция?»

«Доктор Эрнест Лэш, а остальное, доктор Троттер, скорее всего на данный момент к делу не относится. Нам сегодня предстоит много работы».

«Моему сыну сорок. Вы не старше его. Я знаю, что вы выпускник Стэнфорда. Слышал, в прошлом году у вас были серьезные выступления. Вы хорошо справились. Очень четкое изложение материала. Сейчас психофармакология на волне, не так ли? И как же вас сейчас учат психотерапии? Вас вообще этому учат?»

Эрнест снял часы и положил их на стол. «Когда-нибудь, в другой раз, я с радостью представлю вам копию стэнфордского расписания, но сейчас, доктор Троттер, прошу вас, давайте приступим к делу. Пожалуй, лучше всего, если вы сами расскажете мне о миссис Феллини».

«Ладно, ладно, ладно. Вы хотите, чтобы я был серьезен. Вы хотите, чтобы я рассказал вам свою историю. Са-

дись, *паренек*, и слушай мою историю. Начнем с начала. Было это года четыре назад — как минимум четыре года назад. ...Я потерял все свои записи об этой пациентке... что говорится об этом в вашей папке, когда это было? Что? Вы не читали материалы дела. Лень? Или пытаетесь избежать ненаучной неподвзятости?»

«Прощу вас, доктор Троттер, продолжайте».

«Первый принцип интервью — создать теплую атмосферу доверия. Вы справились с этой задачей настолько искусно, что теперь мне намного легче говорить с вами об этих болезненных и неприятных вещах. О, это вас трогает. Будьте поосторожнее со мной, доктор Лэш, я сорок лет читал лица. У меня это очень хорошо получается. Но если вы больше не будете меня перебивать, я начну. Готовы?»

Несколько лет назад — скажем, около четырех лет — женщина, Белль, вошла в мой кабинет, я бы даже сказал, втащила себя — или вволокла. Да, лучше так. Вволокла — есть такой глагол? Лет тридцать пять, из хорошей обеспеченной семьи — шведско-итальянской, — в депрессии, на улице лето, а она в блузке с длинными рукавами. Явно резала себе вены, все запястья в порезах. Доктор Лэш, если летом человек носит одежду с длинными рукавами, трудный пациент, можете не сомневаться: перед вами любитель резать вены или колоть наркотик. Привлекательная, с потрясающей кожей, чарующие глаза, элегантно одетая. Настоящий класс, но на грани упадка.

Большой стаж саморазрушения. Сами понимаете: наркотики, все попробовала, ничего не пропустила. Когда мы встретились впервые, она опять начала пить и колола героин. Но так никогда и не привыкала к наркотикам по-настоящему. Как-то ей это удавалось — есть такие люди, — но она работала над этим. Не обошлось и без пищевого расстройства. В основном анорексия, но бывали и приступы булимической рвоты. Я уже говорил о том, что она резала вены, — все руки, запястья сплошь покрыты шрамами: ей нравилась боль, нравилась кровь, только в эти мгновения она чувствовала себя живой. Пациенты твердят об этом

постоянно. Полдюжины госпитализаций — краткосрочных, она выписывалась через пару дней. Вся больница радовалась, когда она выписывалась. Она была настоящим специалистом, гением прямо-таки по части беспорядков. Помните «Игры, в которые играют люди» Эрика Берна?

Нет? Это, наверное, было до вас. Боже святой, я чувствую себя стариком. Хорошая штука — Берна был умный малый. Прочтите, такое не должно забываться.

Замужем, детей нет. Она не хотела их заводить, говорила, что этот мир — слишком жуткое и гадкое место, чтобы приводить сюда детей. Хороший муж, отвратительные отношения. Он очень хотел детей, из-за этого постоянно были стычки. Он был банкиром, занимался инвестициями, как и ее отец, вечно в разъездах. Через несколько лет семейной жизни его либидо умерло — или переключилось на зарабатывание денег: он хорошо зарабатывал, но ему никогда не удавалось сорвать по-настоящему большой куш, как ее отец. Дела, дела, дела, спал с компьютером. Может, его он и трахал, кто знает. Но Белль он не трахал, это уж точно. По ее словам, он годами избегал ее. Может быть, потому, что злился из-за того, что у него не было детей. Трудно сказать, на чем держался их брак. Он был воспитан в семье последователей «Христианской науки»¹ и отказывался пройти курс семейной терапии или какой-либо другой психотерапии. Но она говорила, что никогда по-настоящему не настаивала на этом. Посмотрим. Что еще? Направляйте меня, доктор Лэш.

Предыдущие терапевты? Хорошо. Важный момент. Я всегда задаю этот вопрос в первые полчаса. Непрерывающий курс терапии — или попытки терапевтического воздействия, — начавшийся еще в подростковом возрасте. Прошла через руки всех женевских терапевтов, ездила в Цюрих к психоаналитикам. Училась в американском колледже, в Помоне, переходила от терапевта к терапевту,

¹ Религиозная система, разработанная в США Мэри Бейкер Эдди (1821—1910). — Прим. ред.