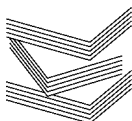


выпуск 5

библиотека
психологии
и психотерапии



КЛАСС
НЕЗАВИСИМАЯ
фирма

Teachning Seminar with Milton H. Erickson, M.D.

Edited with commentary
by Jeffrey K. Zeig, Ph.D.

Brunner/MAZEL, Publishers
New York

Семинар с доктором медицины Милтоном Г. Эриксоном (Уроки гипноза)

Редакция и комментарии
Джеффри К. Зейга

Перевод с английского
Т.К. Кругловой

Москва
Независимая фирма «Класс»
2003

УДК 615.8
ББК 53.57
Э 77

Э 77 Семинар с доктором медицины Милтоном Г. Эриксоном (Уроки гипноза)

/ Редакция и комментарии Дж.К. Зейга; перев. с англ. Т.К. Кругловой. — М.: Независимая фирма "Класс", 2003. — 336 с. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 5).

ISBN 5-86375-005-7 (РФ)

Официальное место Милтона Г.Эриксона (1901 — 1980) в пантеоне крупнейших врачей-терапевтов века общепризнано: создатель нового — недирективного, "мягкого", или эриксоновского — гипноза и короткой стратегической психотерапии. Одного этого достаточно, чтобы рекомендовать книгу достаточно широкому кругу читателей — малоизвестный у нас классик, автор целого направления... По существу этот классик сделал гораздо больше: всей своей долгой жизнью показал, что людям действительно можно помогать, и началось это с него самого.

Внешне это простая книга: старый человек рассказывает истории про свою жизнь, время от времени вводя в транс кого-то из студентов. Кажущиеся простыми притчи, байки; парадоксы на грани абсурда; нелепица, оказывающаяся таинственным ключом к бессознательному другого человека... Записи семинара и комментарии можно перечитывать много раз, открывая все новые повороты в этом магическом лабиринте, где ни одно слово и ни один жест не случайны.

Читатель побывает в лаборатории настоящего волшебника, и для многих эта встреча станет событием.

Главный редактор и издатель серии Л.М. Кроль
Научный консультант серии Е.Л. Михайлова

ISBN 0-87630-247-9 (USA)

ISBN 5-86375-005-7 (РФ)

- © 1980 Милтон Г. Эриксон (наследие)
- © 1980 Браннер/Мэзел Паблшерс
- © 2003 Независимая фирма "Класс", издание, оформление
- © 1994 Т.К. Круглова, перевод на русский язык
- © 1994 Л.М. Кроль, предисловие

Исключительное право публикации на русском языке принадлежит издательству "Независимая фирма "Класс". Выпуск произведения или его фрагментов без разрешения издательства считается противоправным и преследуется по закону.

Отдельные экземпляры книг серии можно приобрести в магазинах:
Москва: Дом книги "Арбат", Торговые дома "Библио-Глобус" и "Молодая гвардия", магазин "Медицинская книга". Санкт-Петербург: Дом книги.

ЗДРАВСТВУЙТЕ, ДОКТОР ЭРИКСОН

Известность Милтона Г.Эриксона в нашей стране — впереди.

Книга, которую Вы держите в руках, — первая изданная по-русски из множества томов и томиков, написанных им самим и о нем. Хочется поблагодарить тех, кто сделал возможной эту встречу: Т.К. Круглову, И.В. Тепикину, Е.Л. Михайлову (перевод и редакция); а также Берни Мэзела, Марка Трентона и Марка Патерсона, без помощи которых это издание просто не могло бы состояться.

Итак, книга Мастера, Доктора, создателя целого направления, известного в мире как эриксоновский гипноз, — и очень живого человека. “Семинар...” лучше читать не как учебник, а как притчу или стихи: положившись на “бессознательный ум”, поверив в неслучайность повторов, время от времени впадая в легкий транс... как будто плывешь по реке с проводником, чья жизнь прошла в этих местах, — всего не спросишь и всего не расскажешь.

Биография Эриксона легко превращается в “Повесть о Настоящем волшебнике, простом деревенском парне, сделавшем себя наперекор нелегкой судьбе, — и в рассказ о подлинном интеллигенте, не боявшемся искать и находить.

Прочерк между годом его рождения (1901) и годом смерти (1980) скрывает не только путь к признанию, перечень написанного, благодарных пациентов и учеников. За ним — оптимизм обреченного, захотевшего и ставшего счастливым. Доктор Эриксон, существенную часть жизни прикованный к инвалидному креслу, был главой большой семьи, отцом восьмерых детей. Кажется особенно важным, что он не стал мрачным героем, который только и делает, что преодолевает. “Сталь” не “закалялась”. В судьбе Эриксона было больше “можно”, чем “нужно”. Это, скорее, знак бесконечного доверия к жизни и к себе самому.

В терапевтическом подходе Эриксона очень многое идет именно от такого отношения к болезни, здоровью и всему, что может происходить в ходе лече-

ния. Он был готов удивляться, учиться и видеть в каждом пациенте единственное в своем роде человеческое существо, а не случай, — это тоже давало ему силы много лет работать по-своему, в одиночку, не стараясь вписаться и “примкнуть”.

Известность пришла поздно и мало его изменила. Уже будучи знаменитым, он сохранил простоту, способность заразительно смеяться и не опасаться отдавать то, чем владел. Он не нажил большого состояния, потому что главным считал не это. Главное его волшебство по-прежнему состояло в убежденности, что творить чудеса в жизни можно — стоит только внимательно присмотреться, прислушаться, вчувствоваться и не бояться приложить к ней руки.

Легенда о Маге и Волшебнике Милтоне Г.Эриксоне, собственно, создана его учениками. Число их множится с каждым годом, и со временем они образовали профессиональное сообщество последователей эриксоновского гипноза и психотерапии.

Джеффри Зейг — не просто один из тех, кто говорит о себе: “Я — дерево из сада Милтона Эриксона”. Он — соавтор этой книги, рассказчик, задающий вопросы и трансформирующий знания. Он — блестящий организатор, ландшафтный архитектор нового для нас парка знаний. Этот парк постепенно переходит в лес, который теряется за горизонтом и до конца не ведом никому.

В него мы с Вами и входим, читатель. Путешествие это — надолго, и хочется верить, что для многих — навсегда. Пусть это будет еще одна страница укрошенной магии в неукрощенной стране, будущее которой — в наших с Вами руках...

Леонид Кроль

О МИЛТОНЕ Г. ЭРИКСОНЕ, ДОКТОРЕ МЕДИЦИНЫ

Милтон Г. Эриксон признан во всем мире как крупнейший специалист по гипнозу и психотерапии, дающей быстрый стратегический результат. Среди психотерапевтов ему нет равных: настолько разнообразен его творческий подход, велики пронизательность и изобретательность.

О нем даже говорят, что он был лучшим психотерапевтом XX века. Это, пожалуй, не преувеличение. Вклад Эриксона в практику психотерапии столь же значителен, сколь и вклад Фрейда в ее теорию.

Эриксон защитил степени бакалавра и магистра психологии и доктора медицины в Университете штата Висконсин. Он создал Американское общество клинического гипноза и был его первым президентом. Он учредил “Американский журнал клинического гипноза” и был его главным редактором.

Если продолжить его послужной список, нужно вспомнить, что он был директором-основателем Фонда обучения и исследований при Американском обществе клинического гипноза, работал в звании адъюнкт-профессора на медицинском факультете Университета Уэйна, являлся пожизненным членом Американской ассоциации психологов и Американской ассоциации психиатров.

Доктор Милтон Г.Эриксон — автор более 140 научных статей, большинство из них посвящены проблемам гипноза. Он написал в соавторстве немало книг, среди них: “Гипнотический опыт: терапевтический подход к измененным состояниям сознания”, “Гипнотерапия: исследование историй болезни”, “Гипнотические реальности”, “Применение гипноза в медицинской и зубоврачебной практике”, “Искажение времени под гипнозом”. Да и о нем самом написано достаточно: его незаурядная личность до сих пор продолжает интересовать коллег и пишущую братию.

Чтобы определить профессиональную позицию Эриксона, прежде всего следует отметить абсолютное неприятие всякого теоретизирования (хотя сам он со-

здал широко применяемую методологию лечебного гипноза). Любая жесткая теория (в том числе и теория личности) сковывает психотерапевта и ограничивает его творческий поиск — в этом доктор Эриксон был твердо убежден. Он верил в то, что каждая личность неповторима, подвижна — и уникальна. Эту веру подтверждает не только его работа, но и вся его жизнь.

В 1948 году Эриксон переехал в Феникс, штат Аризона. Основными его занятиями были частная практика и чтение лекций по гипнотерапии. Его жизнь подерживали два “кита”: работа, которой он был постоянно загружен, и семья — источник его духовной силы и предмет гордости.

Эриксону всю жизнь приходилось преодолевать многочисленные недуги. Перенесенный в детстве полиомиелит в 1967 году окончательно приковал его к инвалидному креслу. Однако Эриксон говорил, что полиомиелит стал его лучшим учителем в познании человеческих возможностей.

У Эриксона было нарушено цветовое зрение: из всех цветов спектра он лучше всего различал пурпурный. Предметы, которые его окружали, были по преимуществу пурпурного цвета и даже подарки он тоже получал пурпурные.

Конечно же, Эриксон был гениальным психотерапевтом-практиком, но еще одно проявление его незаурядной природы состояло в гениальном умении пользоваться даром жизни. В преклонные годы он страдал от многих недугов. Мучили постоянные головные боли — результат осложнений после полиомиелита. Почти не действовала правая рука, левая тоже была ограничена в движениях. Только половина диафрагмы была подвижна, губы частично парализованы, язык смещен. Он не мог пользоваться вставными зубами...

Но Эриксон сумел развить голос — основной инструмент своей работы — и очень гордился тем, что мог владеть речью. Однако со временем и речь его стала глухой и невнятной. Видимо, поэтому он говорил так медленно и размеренно. Создавалось впечатление, что он взвешивает каждое свое слово.

Болезнь разрушала его организм, Эриксон упорно с нею боролся — прежде всего умением радоваться каждой минуте отпущенной ему жизни. Всех, кто встречался с ним, поражала неординарность его личности. Это был очень живой и веселый человек. Каждый его собеседник замечал, что доктор Эриксон активно живет в настоящем и живо откликается на все, что происходит в данный момент.

Он действительно наслаждался жизнью. О таких людях принято говорить: “Он прожил хорошую жизнь”. К окружающим он был искренне добр, внимателен и полон сострадания. Любил посмеяться — у него была восхитительная, какая-то солнечная улыбка и заразительная манера посмеиваться про себя, если его что-нибудь забавляло.

В людях Эриксон неизменно вызывал изумление и восторг. Он будто излучал жизнелюбие, предпочитая видеть цветы, а не сорняки. У своих пациентов он тоже поощрял такое отношение к жизни. Даже если у кого-то из них просто получалась левитация руки (пусть это была тридцатитысячная левитация в его практике), он все равно радовался, изумлялся и гордился человеком, которому это удалось. Это чувство передавалось без слов, и трудно было не поддаться ему.

Успехи и положительные изменения, которых добивались его ученики и пациенты, Эриксон никогда не ставил себе в заслугу. Наоборот, он выражал искреннюю радость, что человек сумел открыть в себе новые возможности и новый источник силы.

Эриксон родился 5 декабря 1901 года. Его детство и юность прошли в сельских районах Невады и Висконсина. Эта сельская “закваска” осталась неотъемлемой частью его характера и проявилась в простоте, скромности и устремленности вперед — в “потом”.

Он умер от острой инфекции 25 марта 1980 года. До последних дней относительно неплохо чувствовал себя и был, как обычно, деятелен. 23 марта, в воскресенье, он неожиданно потерял сознание и уже почти не приходил в себя до самого конца — в ночь на вторник 25 марта 1980 года. В час его смерти — мирной и без мучений — рядом были близкие — его семья.

Он собирался завершить свою программу обучения — и не успел.

Большая часть жизни Эриксона прошла в Фениксе. Своим ученикам и пациентам он предлагал взобраться на Пик Скво, самую высокую гору в окрестностях Феникса. Высота ее 1.100 футов, а к вершине ведет тропа длиною в полторы мили. Искожена эта дорога изрядно. Множество людей регулярно ходят по ней: кто для оздоровления, а иные — чтобы полюбоваться с вершины на долину, в которой раскинулся город. Подъем на вершину нелегкий, но у здорового человека он занимает от 45 до 60 минут. Тропа причудливо извивается, то поднимаясь, то опускаясь. И когда человек достигает, наконец, вершины, его охватывает чувство свершения, которое сохраняется надолго. Человек и в самом деле поднимается над миром, в котором живет, и видит гораздо дальше и шире.

Говорят, что прах доктора Эриксона был развеян на Пике Скво. Если это так, то это достойный венец его жизни. Дорога на Пик Скво заняла значительное место в его терапии. Чтобы отдать дань замечательному ученому, люди и впредь будут взбираться на Пик Скво.

Джеффри К. Зейг

Посвящается мистеру и миссис Мартин Дж. Зейг

“Такое у каждого бывает: запутается человек в жизни... а затем приходит просветление”.

“Мой голос повсюду будет следовать за тобой и превратится в голоса твоих родителей, учителей, подруг, в голоса ветра и дождя...”

Милтон Г. Эриксон,
доктор медицины

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ ЭРИКСОНА

В методе Эриксона была одна замечательная особенность: в качестве учебного и терапевтического приема он прибегал к историям. Его четкое сфокусированное общение с пациентом было индивидуально направленным. Словесное общение с пациентом приобретало особую эффективность благодаря его рассказам о различных случаях из жизни. Чтобы читатель ближе познакомился с системой Эриксона и яснее понял последующие записи его занятий, мы приводим некую классификацию использования подобных историй.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСТОРИЙ В ПСИХОТЕРАПИИ

Английский толковый словарь определяет слово “анекдот”^{*} как короткий рассказ о каком-нибудь интересном или забавном случае. Истории могут быть придуманными. Взять хотя бы сказки, басни, притчи и аллегории. Это могут быть и житейские события и случаи. Эриксон в основном описывал случаи из своей собственной жизни и из жизни своей семьи и своих пациентов.

Такие истории можно использовать при любых методах психотерапии и на любой стадии лечения. Здесь нет противопоказаний.

Есть общие моменты в работе всех психотерапевтов — установление диагноза, достижение успешного раппорта и осуществление лечебного плана. Использование историй возможно на любой из этих стадий.

^{*}Использованное в английском тексте слово “анекдот” не соответствует русскому значению этого слова. — *Прим. перев.*

Установление диагноза

Рассказанная к случаю история помогает внимательному наблюдателю установить диагноз. Лечащий врач, например, рассказывает пациенту о человеке, у которого не складываются отношения с женой. Причиной этого являются проблемы, возникшие у него в детстве с родителями. Эти проблемы с возрастом привели к ослаблению сексуальной потенции, а также к алкогольному пристрастию.

История содержит несколько компонентов. Наблюдательный психотерапевт сразу отметит, на какую часть истории пациент реагирует наиболее выразительно, хотя и молча. Он отметит, какая часть истории вызвала у пациента тот или иной комментарий. Все это служит информацией для установления диагноза.

Позвольте привести пример из клинической практики. Пациентка в течение тринадцать лет страдала фобией и нуждалась в лечении гипнозом. На первом приеме врач рассказал ей несколько случаев из истории болезни своих пациентов, которые справились с недугами в разные сроки. Некоторые избавились от своих проблем необычайно быстро, так что глубокого изучения их душевного состояния практически не понадобилось. Другие избавлялись от болезни медленно и с трудом и охотно изливали душу врачу. У пациентки, о которой идет речь, была незаметная для нее самой привычка кивать головой в знак согласия. Когда говорилось о тех, кто исцелялся медленно, она усердно кивала, но замирала, когда упоминались быстро исцелившиеся больные. Еще несколько историй подтвердили наблюдение врача: пациентка предпочла неспешный вариант, поэтому лечение не было начато на первом сеансе. Врач задавал подробные вопросы об этиологии болезни, о мельчайших симптомах. В течение последующего месяца больная дважды приходила на лечебные сеансы и почувствовала улучшение. Поскольку пациентка сразу выказала желание не торопиться, не было нужды в более частых посещениях.

Рассказывая свои истории, Эриксон всегда следил за поведенческой реакцией пациентов. У него было великолепно развито периферическое зрение. Казалось, он особенно и не вглядывался в своих пациентов.

О профессиональной проницательности Эриксона ходили легенды. Постоянный тренинг помогал ему улавливать тончайшие нюансы в поведении человека, а умение поставить точный диагноз служило основой успешного терапевтического плана.

Установление раппорта

В психотерапии главным считается установление эмпатического сопереживания и душевного резонанса с пациентом. Некоторые теоретики (например, Каркхафф и Беренсон, 1967) считают задушевность главным орудием психотерапии. Однако такой тесный контакт имеет свои недостатки. Пациент приобретает навыки диагностического самоанализа и концентрируется на изучении своих внутренних состояний. Это может оказать разрушительное воздействие на открытый и животворный поток эмоций. В некоторых случаях такая душевная близость является излишней, а иногда даже противопоказана. Характер некоторых людей таков, что они просто не умеют выразить свои чувства. У других пациентов откровенное обсуждение их скрытых эмоций вызывает замешательство, а то и прямой протест.

Сам Эриксон считал, что наилучший результат достигается тогда, когда в поведении человека преобладает автоматизм, бессознательное, т.е. когда сознание не вмешивается. Эриксон часто прибегал к косвенному воздействию на бессознательное, в том числе и своими рассказами. Пациент даже не замечал, что на бессознательном уровне духовный контакт уже установлен.

Приведем пример. В 1975 году на семинар к Эриксону приехали три студента, чтобы познакомиться с его методом.

Эриксон рассказал им об одном пациенте, который страдал комплексом соперничества. Эриксон ввел его в состояние транса, велел ему наблюдать за собственными руками, чтобы отметить, какая из них раньше поднимется и дотронется до лица. Таким образом, Эриксон использовал состязательный комплекс пациента для лечебной цели. Студенты внимательно выслушали историю, познакомившись с интересным аспектом методологии своего учителя.

Однако вскоре выявился и дополнительный смысл этой истории. На семинаре студенты неосознанно начали соперничать между собой, чтобы привлечь внимание Эриксона. Объяснив студентам эту сторону рассказанной им истории, он заметил, что тем самым он как бы предвосхитил дух соперничества на семинаре.

Реакция студентов на это разъяснение могла быть троякой. Они могли открыто признать, что такое соперничество существует (что они и сделали). Они могли согласиться молча, но еще не совсем признаваясь себе в этом. И, наконец, до них вообще мог бы не дойти скрытый смысл рассказа применительно к ним самим.

Любая из этих реакций устроила бы Эриксона и дала бы ему четкое представление о личности его студентов, определяя его последующее поведение. Но поскольку это был учебный семинар, он предпочел обсудить рассказ на уровне сознания.

И, наконец, у истории был еще один посыл. Теперь студентам надо было определить свое дальнейшее поведение на семинаре. Обсудив свой рассказ, Эриксон заметил, что как бы студенты ни соперничали между собой, ему бы не хотелось, чтобы они объединились против него.

Лечение

Здесь использование историй возможно на любой стадии. Ниже приводятся восемь категорий, отнюдь не исключающих друг друга.

1) Как иллюстративный материал

Структура человеческой памяти такова, что смысл рассказанной истории западает в память скорее, чем простая констатация той же самой мысли. Выразительный рассказ оживляет простую мысль, заставляет ее осесть в мозгу.

В начале 1980 года я встретился с первым случаем использования гипноза в судебной практике. Обратившись за советом к Эриксону, я услышал от него следующую историю, которую он начал словами: “Изучайте вашего оппонента в суде”.

Однажды в деле по установлению опеки над ребенком Эриксону пришлось выступить свидетелем со стороны отца. Он сообщил, что у жены истца есть явные психологические проблемы и что опекуном следует назначить отца. Эриксон хорошо знал женщину-адвоката, которая защищала интересы матери ребенка. Она была профессионалом высокого класса. В тот день, когда он давал показания, она была очень серьезно подготовлена. У нее было 14 машинописных страниц одних только вопросов к свидетелю. Как только Эриксон занял место свидетеля, адвокат задала свой первый вопрос: “Доктор Эриксон, вы утверждаете, что вы эксперт в психиатрии. Кто ваш авторитет?” “Я сам себе авторитет”, — ответил Эриксон. Он знал, что стоит ему назвать какое-либо имя, как подкованная адвокатша разобьет вдребезги его показания, цитируя противоположные мнения других психиатров.

Тогда адвокат спросила: “Доктор Эриксон, вы утверждаете, что вы эксперт в психиатрии. Что такое психиатрия?” Эриксон парировал следующим образом: “Приведу пример. Если бы я был специалистом по американской истории, я бы, конечно, знал кое-что о Саймоне Герти по прозвищу “Гад Герти”. Тот, кто не знаком с американской историей, вряд ли слышал о Саймоне Герти по прозвищу “Гад Герти”.

Когда Эриксон взглянул на судью, тот сидел уткнувшись лицом в ладони. Клерк нырнул под стол, якобы в поисках упавшего карандаша, а адвокат отца ребенка с трудом сдерживал смех.

После такого ответа адвокат отложила свои бумажки и сказала: “Вопросов к вам больше нет, доктор Эриксон”. Эриксон глянул на меня и добавил: “Фамилия этой адвокатши была Герти”. После этого защитник мужа не упускал случая помянуть в своих доводах “Гада Герти”.

История была забавная и запоминающаяся. Если бы он просто сказал: “Не давайте себя запугать” — вряд ли это произвело бы на меня такое же яркое впечатление, как рассказанная история.

2) Как подсказка решения

Эриксон мог рассказать пациенту случай, аналогичный его собственному, но открывающий новую перспективу. Например, пациент рассказывает о своих многочисленных несчастьях. Ему можно рассказать несколько случаев из медицинской практики, когда люди сталкивались с такими же бедами, но преодолели их. Победный финал в каждой истории и будет тем “кирпичиком”, который ляжет в основание будущего выздоровления.

В записях семинара, относящихся ко вторнику, есть хороший пример аналогичного случая с новой перспективой. Эриксон заставляет Салли опять пережить трудные и неприятные события. А затем он рассказывает Салли о больном, который тоже словно заглянул снова в свое неприглядное прошлое, но это помогло ему более успешно и гибко ориентироваться в дальнейшей жизни.

Своими историями о подобных случаях Эриксон словно подсказывает решение пациенту и достигает большего терапевтического эффекта, чем прямыми советами, которым пациенты, кстати, не всегда склонны следовать. Пациент сам устанавливает аналогию и находит выход из своего состояния.

Иногда рассказанная история косвенно приводит к нужному решению. Пациенту кажется, что его “осенило” нужное решение, и достигнутый успех всецело его заслуга, а не врача.

В своей преподавательской практике Эриксон часто рассказывал студентам сразу несколько историй на одну и ту же тему. Например, важно наладить общение с пациентом “в его системе жизненных координат”. А далее следовал ряд случаев на эту тему. Иногда Эриксон называл общую тему вначале, иногда подытоживал ее после всех рассказанных случаев. Когда он чувствовал, что пациенты или студенты осознанно или бессознательно уловили общую мысль, он не делал никаких обобщений.

3) Для самоосознания

Подходящая к случаю история помогает пациенту как бы взглянуть на себя со стороны и дает подсказку, что нужно изменить.

Например, в записях семинара за среду Эриксон в конце занятия приводит случаи символической психотерапии. Он описывает лечение одной супружеской пары (психиатра и его жены), когда им поручался ряд заданий. Среди прочего они должны были забраться на Пик Скво и сходить в Ботанический сад.

Таким образом, Эриксон заставил пациентов символически осознать себя через активность и действовать в соответствии с предложенными обстоятельствами. Но рассказанная история одновременно предлагает слушающим его пациентам воспользоваться подсказкой и познать себя.

После истории о психиатре и его жене Эриксон приводит случай с одним психоаналитиком и его женой. Когда читаешь эти рассказы, то понимаешь, что они наталкивают слушателей (а также читателей) на определенные ассоциации. Невольно переходишь на собственные взаимоотношения. Эриксон любил говорить: “Если вы хотите, чтобы человек рассказал вам о своем брате, расскажите ему о своем собственном”.

Способность к изменениям заложена в человеке, напоминает нам Эриксон, ее нужно лишь пробудить. Любопытные истории могут натолкнуть на ассоциации, но человек изменяет себя сам. “Врач только создает подходящий климат, делает погоду”.

4) Рассказы порождают идеи и усиливают мотивацию

Вспомните женщину в начале этого вступления, которая кивала головой, слушая рассказы Эриксона и выражая тем самым побуждение к исцелению. Готовность к переменам была налицо, неопределенность была только в протяженности лечебного процесса.

Эриксон умел найти случай, который мог породить в уме пациента или студента определенную идею. Подбирая свои рассказы в определенной последовательности, он укреплял их в этой мысли, повторяя подобные случаи в тот же день, а то и несколько дней и даже недель спустя.

Подобная “имплантация” мысли очень важна в технике гипноза. Если нужно внушить левитацию руки, гипнотизер добивается результата с помощью “цепочки” мелких действий. Например, он предлагает пациенту сосредоточить внимание на кисти руки, затем переключает внимание на возможные ощущения в руке, на желательность движения, затем на факт движения и, наконец, внушает само движение. Зная поставленную цель, врач в самом начале лечения “имплантирует” эту цель в сознание пациента. Эриксон часто пользовался этим приемом, достигая с его помощью особенно эффективного воздействия.

5) Житейские истории как средство лечебного воздействия на формы отношений

Когда врач анализирует такие межличностные проблемы, как неуживчивость, манипулирование окружающими или самоуничужение, приводимые им случаи из практики являются самым эффективным и наименее болезненным для пациента способом воздействия на формы отношений. Такие истории благотворно влияют на людей замкнутых, теряющих покой при любом межличностном осложнении. На этих историях они учатся обретать душевное равновесие даже при осложненных отношениях с близкими. Подобная история может вызвать у пациента своего рода “растерянность”, так как он больше не сможет использовать свои обычные методы урегулирования отношений. Кроме того, он уясняет из этих рассказов, что, оказывается, не всякого можно обвести вокруг пальца бесконечными жалобами на свои болячки.

6) Рассказ как руководство к действию

Прием сводится к тому, что врач выбирает из контекста своего рассказа значимую фразу и говорит ее прямо или косвенно пациенту. Установка может быть дана косвенно, особым выражением лица или интонацией голоса.

Например, в пятницу Эриксон обсуждал половое развитие человека. В середине обсуждения он вроде бы совсем не к месту рассказал о докторе А., главном враче вустерского госпиталя, с которым он там работал. Но представьте, как должна подействовать на упрямого студента последняя фраза этой истории, где говорится о человеке, которому посоветовали: “Слушай себе, закрыв рот, с отсутствующим выражением на лице, но весь превратись в слух и зрение и жди, пока у тебя сформируется собственное суждение. Ищи веские доказательства в пользу твоих предположений и заключений”.

7) Для уменьшения сопротивления

Будучи формой косвенного воздействия, истории помогают ослабить сопротивление восприятию идей и стимулируют ассоциативное мышление у пациента. Трудно противиться мысленной ассоциации, до которой большой дошел сам. Подходящая история может незаметно натолкнуть пациента на нужную

мысль. Обычно рассказ многозначен и, вслушиваясь, пациент отбирает то, что имеет к нему непосредственное отношение. Поэтому силы для благотворных перемен пациент черпает как бы в самом себе.

Структура житейских историй такова, что их многозначный посыл воспринимается бессознательно. Пациент просто не в состоянии сразу осмыслить и воспринять все смысловые оттенки рассказанного ему сложного случая. Он замечает в себе перемены к лучшему потому, что он отреагировал на какую-то часть истории, хотя и на бессознательном уровне. Рассказывают, что часто больные, побывавшие у Эриксона, исцелялись, даже не замечая никакого терапевтического воздействия с его стороны.

Говоря обобщенно, чем больше было неосознанное сопротивление пациента при контакте с врачом, тем мощнее было его воздействие на бессознательное с помощью историй и случаев из его практики. Такая тактика находится в полном соответствии с принципом: сила воздействия на бессознательное прямо пропорциональна силе наблюдаемого сопротивления (Зейг).

Кроме того, истории могут быть использованы как технический прием для пресечения сопротивления. Например, врач рассказывает историю, чтобы “имплантировать” некую мысль, и тут же рассказывает следующую, на другую тему. Такой терапевтический маневр мешает пациенту восстать против мысли, посланной первой историей. Возрастает вероятность того, что первая история скорее “осядет” в бессознательном, хотя пациенту будет казаться, что он забыл о ней.

Эриксон часто использовал свои “байки”, чтобы отвлечь пациента, а иногда даже вызвать у него раздраженную скуку. Это делалось для того, чтобы снизить сопротивление пациента и подготовить его к восприятию главной “лечебной” мысли.

8) Для переосмысления и нового определения проблемы

Искусство переосмысления описано рядом авторов (например, Вацлавик, Уикленд, Фиш, 1974). Для данной симптоматической картины предлагается альтернатива и положительный прогноз. Для пациента его симптомы складываются в определенный стереотип. Переосмысление предполагает изменение этого стереотипа.

Лечебный процесс ставит целью добиться такого изменения. Определив проблему под новым углом, врач соответственно находит иной способ лечения и устраняет проблему. И здесь Эриксон прибегал к своим рассказам.

Для примера посмотрите запись семинара за четверг (начало дня). Эриксон беседует с Кристиной и рассказывает ей историю о головной боли. Обратите внимание, как Эриксон помогает Кристине переосмыслить и дать новое определение ее головной боли.

Приведенные выше категории ни в коем случае не исчерпывают всех возможностей использования историй в лечебной практике.

Вот еще их дополнительные возможности:

- 1) Помощь в самоосознании, т.е. в формировании эмоциональной сферы, поведенческих норм, образа мышления, с тем чтобы пациент чувствовал себя более устойчиво в жизни.
- 2) Сами по себе истории представляют особый творческий способ общения. И в этой роли они как бы предлагают “модель” правильного образа жизни. Врач побуждает пациента к творчеству и разнообразной деятельности, являя собой пример живого и интересного общения.
- 3) Рассказы помогают пациенту разнообразить гамму своих эмоций, мыслей, поведенческих стереотипов, нащупать те духовные резервы, о которых он не подозревал. Эриксон считал, что любой человек может отыскать в прожитой жизни нечто такое, что поможет ему одолеть ту проблему, с которой он пришел к врачу.
- 4) Истории помогают пациентам избавиться от своих страхов. Поочередно усиливая и ослабляя напряжение в серии своих рассказов, врач учит пациента не поддаваться страхам.

Истории используются при формальном и естественном внушении и в фазе утилизации.

ИСТОРИИ И ГИПНОЗ

Есть три основных структурных сходства у гипноза и истории, рассказанной врачом: 1) в обоих случаях врач беседует с пассивным субъектом. Врач пытается определить внутренние резервы пациента и убедить его в том, что их достаточно, чтобы добиться успеха; 2) в обоих случаях пациенту отводится вто-

ричная, вспомогательная роль; 3) в обоих случаях индуктор работает при минимуме поведенческих данных о пациенте.

Истории используются в гипнозе (как в формальном, так и в естественном) так же, как и в психотерапии. С их помощью можно установить, насколько пациент поддается гипнозу, а также достичь раппорта. Истории можно рассказывать и при погружении пациента в сон и во время активной, лечебной фазы гипноза.

Диагностирование

Диагностирование с помощью историй из практики проводится точно так же, как и в психотерапии, и имеет целью установление степени внушаемости пациента и определение способа использования активной фазы гипноза.

При определении внушаемости пациента учитываются еще четыре важных фактора — интерес к рассказу, реакция, внимательность и самоконтроль.

1. Врач отмечает степень интереса, с которым пациент слушает рассказ. Как правило, глубокий интерес и предельное внимание говорят о высокой степени внушаемости.
2. Реакция пациента также служит врачу подсказкой. Одни лучше поддаются прямому внушению, другие — косвенному. Врач подбирает рассказ, с помощью которого устанавливает, на какой вид внушения пациент лучше реагирует. По ходу истории индуктор упоминает, что герой рассказа вдруг бросил взгляд на часы, чтобы узнать время. Наблюдая за пациентом, он определяет его реакцию именно на этот момент внушения.
3. Рассказывая историю, врач определяет степень внимательности пациента, сосредоточен он или рассеян, принимает все близко к сердцу или проявляет лишь поверхностный интерес. Сосредоточенный слушатель малоподвижен и может концентрировать внимание на одном предмете в течение длительного времени. Рассеянный слушатель более беспокоеен в движениях и часто переключает внимание с одного предмета на другой. Степень внимательности человека зависит от того, занят ли он больше самим собой, своим внутренним миром, эмоциями, мыслями и действиями или тем, что происходит вокруг него. (Сам Эриксон был как кошка. Он с удовольствием наблюдал за всем происходящим вокруг него. Он был человеком с ярко выраженной внешней ориентацией.)

4. Реакция на рассказ помогает врачу определить, умеет ли пациент ладить с окружающими людьми и насколько владеет собой в общении с ними. Одни любят верховодить, другие — оставаться в тени, на вторых ролях, а третьи признают только равенство. Все это выявляется в манере пациента реагировать на рассказ во время подготовки к гипнозу.

Гипнотерапевт учитывает в своей работе еще множество факторов, но в первую очередь помнит об этих четырех, когда начинает, вроде бы невзначай, свой очередной рассказ. Результаты такого диагностического подхода определяют и выбор терапевтической стратегии. Истории и установки дают наилучший эффект, когда наиболее точно учитывают жизненный опыт пациента. Например, работа с застенчивым, внешне ориентированным человеком, легко поддающимся прямому внушению, требует совсем иных методов гипноза и психотерапии, чем работа с самоуверенным, занятым собой человеком, скорее реагирующим на косвенное внушение.

Поначалу, пока не приобретен опыт, метод диагностирования с помощью историй весьма утомителен для врача. Ведь ему приходится одновременно сочинять свою историю и внимательно наблюдать за больным.

Фаза индукции

Истории используются в формальном гипнозе. Чарльз Тарж (1975) удачно определил индукцию как нарушение обычного состояния сознания и создание нового заданного гипнотического состояния сознания. В обеих фазах возможно использование историй.

Нарушение

Чтобы ускорить нарушение сознательного состояния гипнотизируемого, на начальной стадии формального гипнотического внушения может быть использован прием запутывания. Рассказы сами по себе уже сбивают пациента с толку, выводят его из равновесия. Слушателя вынуждают вникать в смысл рассказа, осознавать применительно к себе его посыл. Дело еще больше запутывает-

ся тем, что рассказы многозначны по смыслу и имеют определенный подтекст. Слушая Эриксона, даже пронизательный пациент не может уловить все смысловые посылы и определить, с чем они соотносятся.

Истории отвлекают и расшатывают обыденное сознание и тем самым способствуют погружению пациента в гипнотическое состояние (см. Эриксон, Росси и Росси, 1976). Пациент становится более открытым и более восприимчивым к начальному и последующему внушению.

Эриксон часто рассказывал свои истории в качестве прелюдии к введению пациента в состояние гипнотического транса. Некоторые из бывших пациентов Эриксона, с которыми я встречался, рассказывали, как они, слушая истории Эриксона, неожиданно погружались в транс. Одна пациентка объяснила, что ее начало клонить в сон от историй Эриксона. Она очень смутилась, что задремала, слушая доктора, но потом поняла, что ему именно это и было нужно. Тогда она закрыла глаза и вошла в состояние транса.

Моделирование

Истории можно использовать для моделирования гипнотического состояния (т.е. установить эмпирическим путем параметры гипнотического состояния для данного пациента). Чтобы ознакомить пациента с тем, что он будет ощущать во время гипноза, гипнотерапевт иллюстрирует это серией примеров, достигая одновременно и соответствующего внушения. Например, врач рассказывает новичку об ощущениях человека, испытавшего состояние гипноза. История подбегается и излагается таким образом, что новичок бессознательно переносит на себя гипнотические ощущения пациента, уже “умудренного” опытом погружения в гипноз. Таким образом, врач достигает косвенного внушения.

Существует другой способ моделирования гипнотического состояния, когда с помощью целенаправленных рассказов пациента убеждают (осознанно или бессознательно) в том, что он сам может воспроизвести некоторые явления классического гипноза. Например, одним из любимых Эриксоном способов внушения было обсуждение занятий в начальной школе, когда дети знакомятся с буквами алфавита и учатся запоминать их на слух и визуально, не осознавая самого процесса запоминания. Подобное обсуждение выявляет ряд моментов классического гипноза, таких как возрастная регрессия, гипернезия, диссоциация и галлюцинация. Одновременно такая беседа способствует большей самопогруженности и внутренней фиксации внимания.

Фаза утилизации гипноза

В фазе утилизации (после наведения транса) истории используются точно так же, как и в лечебной фазе психотерапии, т.е. чтобы привлечь внимание пациента на какой-то момент, усилить мотивацию и т.д. Например, при работе с болевым синдромом можно напомнить больному о том случае, когда он получил незначительную травму, но ощутил боль через порядочный промежуток времени. Это подскажет пациенту, что у него уже был опыт контроля над болью и что его можно восстановить.

Занятные истории помогают отвлечь погруженного в свою болезнь пациента и направить его мысли в другое русло. Такой метод особенно результативен при болевых синдромах.

КОМБИНИРОВАННОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСТОРИЙ. МНОГОПЛАНОВОСТЬ ОБЩЕНИЯ

Обычно психотерапевт берет отдельный пример обыденного общения и вскрывает его дополнительный смысл, соотнося его с тем, что происходит на психологическом уровне пациента. Интересно отметить что большинство врачей, знающих о многоплановости общения и использующих этот факт в диагностике, не обучены применять многоплановое общение как лечебное средство. Возможно, одним из важнейших вкладов Эриксона в психологию является терапевтическое использование многоплановости общения. Эриксон доказал, что чем больше сил вкладывается в лечебное общение с пациентом, тем выше "дивиденды" с этих усилий.

В качестве иллюстрации мне хотелось бы вспомнить о своей первой встрече с Эриксоном в декабре 1973 года. Рассказанные мне истории представляют собой сложное комбинированное использование их возможностей. Чтобы воссоздать дух нашей встречи, позвольте мне начать с самого начала.

Изучением гипноза я занялся в 1972 году и весьма увлекся работами Эриксона. Моя двоюродная сестра училась на медсестру в Таксоне. Я написал, что изучаю гипноз и попросил ее, если ей случится побывать в Фениксе, навестить Эриксона, потому что он просто гений в психотерапии.

Сестра ответила, что она знакома с одной из дочерей Эриксона, Роксаной. Несколько лет назад они снимали комнату на двоих в Сан-Франциско.

Спустя некоторое время я написал Роксане, а потом Эриксону и попросил разрешения заниматься у него. Он ответил согласием. В декабре 1973 года я впервые приехал в Феникс.

Мое знакомство с ним было необычным. Примерно около половины одиннадцатого вечера я прибыл к нему домой. Жить мне предстояло в специальном доме для гостей. В дверях меня встретила Роксана. Она представила меня отцу, указав рукой в сторону сидевшего слева от двери Эриксона и смотревшего телевизор. “Это мой отец, доктор Эриксон”, — сказала она. Медленными, постепенными движениями он, словно автомат, поднял голову. Когда голова приняла вертикальное положение, он так же медленно и такими же постепенными движениями робота повернул шею в мою сторону. Уловив мой взгляд, он посмотрел мне в глаза и так же механически, постепенно перевел глаза на уровень моего пояса. Нет слов выразить, как я был поражен и удивлен тем выражением, с которым он произнес: “Привет”. Со мной в жизни никто так не здоровался. Роксана вывела меня в соседнюю комнату и объяснила, что папа у нее большой шутник.

Однако поведение Эриксона было прекрасным примером невербального гипнотического внушения. Все элементы были налицо. Он привел меня в замешательство и нарушил мое обыденное сознание. Я ожидал, что мы обменяемся рукопожатием и он скажет: “Здравствуйте”. Далее, Эриксон смоделировал гипнотический транс, продемонстрировав заторможенные, каталептические движения, характерные для больных, поднимающих руку под гипнозом. Кроме того, он сконцентрировал мое внимание на своем поведении. Переведя взгляд на середину моего туловища, он как бы внушал мне: “Войди в себя как можно глубже”. В целом Эриксон использовал невербальный прием гипноза, чтобы разрушить устоявшийся стереотип моего сознания и смоделировать новый бессознательный стереотип.

Эриксон продемонстрировал мне, как можно сделать общение мощным фактором воздействия на человека.

На следующее утро миссис Эриксон вкатила в дом для гостей инвалидную коляску, в которой сидел Эриксон. Не говоря ни слова и ни на кого не глядя, он с трудом перебрался в свое рабочее кресло. Я попросил разрешения включить свой магнитофон. Не глядя на меня, Эриксон кивнул головой в знак согласия. Не отрывая глаз от пола, он начал медленно говорить размеренным тоном:

Эриксон: Весь этот пурпур, верно, вызвал у вас шок?

Зейг: Угу...

Эриксон: Я плохо различаю цвета.

Зейг: Я так и понял.

Эриксон: А красный телефон... подарили мне четыре студента выпускного курса.

Зейг: Угу...

Эриксон: Двое из них были уверены, что завалят экзамены по основным предметам... а двое других боялись, что не сдадут... второстепенных предметов. Те двое, что боялись за основные дисциплины, но не беспокоились о второстепенных, сдали все экзамены. А те, что знали, что сдадут основные предметы, но провалят второстепенные... провалились по основным предметам, но сдали второстепенные. Другими словами, они выборочно отнеслись к предложенной мною помощи. (*Эриксон в первый раз поднимает глаза на Зейга и задерживает взгляд.*) Что касается психотерапии ... (*Далее он определяет и исследует терапевтическую методiku.*)

Эта коротенькая история — блестящий образчик общения и содержит множество планов и подтекстов. Ниже следует разъяснение того множества мыслей, которые Эриксон хотел передать мне этим примером.

- 1) Вызвав путаницу мыслей, история стала способом гипнотического внушения. О гипнозе не было сказано ни слова, но рассказ о главных и второстепенных экзаменах сбил меня с толку и тем самым вызвал гипнотическую фиксацию моего внимания. Я уже был знаком с этим методом внушения (Эриксон, 1964) и использовал его в своей практике. Однако сам Эриксон делал это так незаметно и так необычно, что я даже не осознал, что этот метод был применен ко мне самому.
- 2) В первом предложении Эриксон употребил слово “шок”, сделав на нем особое ударение. На самом деле Эриксону было ясно, что сплошной пурпурный цвет отнюдь не вызвал у меня шока, ведь я был накануне в его кабинете и в доме для гостей (тоже отделанном в пурпурных тонах) и уже видел самого Эриксона (одетого во все пурпурное). К этому времени я уже оправился от “шока”, вызванного обилием пурпура. Но Эриксон подчеркнул слово “шок”, чтобы сфокусировать мое внимание и настроить мое бессознательное на то неожиданное, что уже происходило и еще будет происходить со мной.

- 3) То, что Эриксон прямо не обращался ко мне, также сбивало меня с толку. Он не смотрел на меня, говорил, уставившись в пол. Лишь много времени спустя я понял его мысль: “Если говоришь с кем-либо, смотри на собеседника”. Необщительность Эриксона разрушила мои обычные представления. Поэтому, когда он наконец взглянул на меня, я еще больше смутился и изумился. Тем самым Эриксон вызвал еще большую фиксацию моего поведения и внимания.
- 4) В результате подобного общения его рассказ выпал из моей памяти. Только вернувшись домой и прослушав запись на пленке, я вспомнил, что он рассказывал, и только тогда я понял, что он применил конфузионный транс. Для меня это было замечательное практическое занятие и убедительное доказательство моей способности испытывать амнезию.
- 5) В этой истории еще ряд моментов несли самостоятельную смысловую нагрузку. Речь шла о выпускниках, следовательно, Эриксон сразу определил мои жизненные координаты и общался со мной исходя из них. Говоря о выпускниках, он установил между нами определенное взаимопонимание, потому что эта тема была мне близка и понятна.
- 6) Само содержание истории было прямой подсказкой. С учениками Эриксона случилось нечто неожиданное. Соотнося рассказанное со своим положением, я мог ожидать, что и меня ждут неожиданности. Собственно говоря, они уже начались. Во всяком случае, никто еще не знакомился со мной таким странным образом и не говорил со мной в такой необычной манере.
- 7) В истории говорилось о том, что студенты выборочно отнеслись к наставлениям Эриксона. Если провести параллель, то я, будучи студентом, тоже выборочно воспользуюсь его помощью и опытом, которыми он готов со мной делиться.
- 8) Рассказ можно было трактовать еще в одном плане. Студенты приехали к Эриксону учиться. В благодарность они сделали ему подарок. Никакой платы Эриксон с меня не потребовал, да у меня и не было таких денег. Эриксон полагал, у кого есть возможности, тот заплатит, а кто беден, с того и спроса нет. Однако я мог отблагодарить его подарком. Я подарил ему сувенир из резного дерева, который он поставил к себе на стол (рядом с красным телефоном). Я, правда, не совсем уверен, “посеял” ли Эриксон эту идею в моей голове своим рассказом или я просто заплатил добром за добро.

- 9) Своим рассказом Эриксон как бы определил характер наших будущих взаимоотношений. Он не дал мне возможности заговорить и представиться, тем самым дав ясно понять, что говорить будет он, а я буду смиренно слушать.
- 10) Я совершенно уверен, что Эриксон также определял глубину моей реакции. Упомянув отдельные моменты, он следил за мной своим периферическим зрением. Например, вспомнив о красном телефоне, он отметил, посмотрел ли я на стол, где тот стоял. Следовательно, он кое-что для себя выяснил о степени моей внушаемости.
- 11) Вот еще один аспект этой истории. В 1980 году один психолог из Феникса, по имени Дон, обратился ко мне с просьбой дать ему практическую консультацию по эриксоновскому подходу к психиатрии. Я согласился. В разговоре выяснилось, что в 1972 году он и еще несколько выпускников учились у Эриксона. В знак признательности за уделенное им время они решили подарить Эриксону темно-красный телефон. Дон рассказал, с каким трудом они пытались раздобыть этот аппарат у одной телефонной фирмы, но в конце концов это им удалось. Позже, на одном из практических занятий, я прокрутил Дону пленку с записью моей первой встречи с Эриксонем. Дон объяснил, что он и еще трое выпускников занимались у Эриксона и что он готовил их к экзаменам. И действительно, двое студентов сдали экзамены, а двое провалились. Эриксон рассказал мне подлинную историю!

После этой истории Эриксон привел мне случай из своей ранней практики тридцатых годов, что также послужило успешному установлению раппорта, поскольку пример был адресован тоже начинающему психотерапевту. Эриксон рассказал об одном своем пациенте-психотике, а я уже много лет занимался такими больными. Эриксон очень удачно использовал известные ему сведения обо мне.

Затем он рассказал о двух случаях из практики, когда ему не удалось добиться успеха. Первым случаем он хотел показать, что не следует спешить с заключением относительно пациента. А во втором — подчеркнул важность установления быстрого и точного диагноза. Однако он хотел внушить мне еще кое-что. Он хотел дать мне понять, что не все больные поддаются психотерапевтическому воздействию и что не стоит попусту тратить свой психознергетический потенциал на таких больных. Это внушение было особенно важным, поскольку исходило от человека, известного своими потрясающими успехами в психотерапии.

Все эти истории, рассказанные Эриксоном на первом занятии, характеризуют сложность и мощь его коммуникативного подхода. Умение наполнить общение многоплановым содержанием делало его преподавательскую методику еще более успешной.

ЗАЧЕМ НУЖНЫ ИСТОРИИ

Обобщая сказанное, можно указать на ряд оснований, говорящих о пользе подобных историй. В качестве иллюстрации приведу следующую притчу.

Ветер и Солнце

Однажды северный ветер Борей и Солнце поспорили, кто из них сильнее. Они хвастались друг перед другом своими подвигами, но в итоге каждый остался при своем мнении, что он сильнее.

В этот момент вдали показался путник. Тогда они согласились разрешить свой спор, выяснив, кто из них скорее заставит путника сбросить свой плащ.

Хвастливый Борей первым принялся за дело, а Солнце наблюдало, спрятавшись за серой тучей. Ветер дунул с такой силой, что чуть не сорвал плащ с плеч, но путник только плотнее запахнул в него. Старик Борей зря старался.

Посрамленный Борей наконец отступил, отчаявшись добиться такой простой вещи, как сорвать с путника плащ. “Не думаю, что это удастся тебе”, — сказал он Солнцу.

Ласковое Солнце засияло во всей своей красоте, разогнав нависшие тучи. Оно направило свои самые жаркие лучи на путника.

Человек благодарно поднял голову к небу, но от неожиданной жары у него закружилась голова, он быстро сбросил плащ и поспешил укрыться в ближайшей тени.

(Дж. Стикни. "Эзоповы басни", Бостон, 1915, на англ. языке.)

Подводя итог, можно назвать следующие характеристики и случаи использования историй:

- 1) истории безобидны;
- 2) истории занимательны;
- 3) истории помогают пациенту чувствовать себя свободно. Он вникает в смысл рассказываемого и сам воздействует на себя, как бы берет инициативу в свои руки, а поэтому верит в позитивные перемены и считает их своей заслугой. Перемены происходят не столько под воздействием врача, сколько по его собственному внутреннему побуждению;
- 4) истории помогают преодолеть естественное сопротивление переменам. Они помогают дать определенные установки и внушения в самой ненавязчивой форме. У пациента с признаками заболевания нервная система находится в оборонительном состоянии, словно отгораживаясь от всякого воздействия. С помощью историй оборона может быть незаметно сломлена. Если пациент готов следовать установкам, в косвенных подходах нет нужды. Как правило, необходимость косвенного воздействия прямо пропорциональна предполагаемому сопротивлению пациента;
- 5) истории помогают врачу самому устанавливать характер взаимоотношений с пациентом. Слушатель занят тем, что старается вникнуть в смысл рассказа, в это время он как бы "теряет бдительность" и не может навязать присущую ему или ей форму общения;
- 6) истории стимулируют гибкость реакций. Сам Эриксон был творческой личностью. Он был заинтересован в том, чтобы его истории побуждали слушателя к творчеству и интеллектуальному совершенствованию. Маргарет Мид (1977) писала, что как личность Эриксон отличался жадной творческого поиска;
- 7) Эриксон использовал истории как конфузионный прием гипнотического воздействия;

- 8) Истории оставляют след в памяти и тем самым закрепляют в сознании внушенную мысль.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Истории достигают наибольших результатов, когда они индивидуально подобраны и направлены. Слушая их, пациент должен ощущать себя в своей обычной системе жизненных ценностей. Тогда ожидаемое улучшение будет совпадать с обычными поступками и представлениями самого пациента и будет восприниматься как их следствие. В пациенте пробуждаются силы, способные его исцелить.

Цель историй не отвлечь пациента от его симптомов, а помочь ему обрести веру в себя и исцелиться собственными силами.

Цель историй — сформировать у пациента гибкое и творческое отношение к жизни. Через предложенный опыт пациент учится преодолевать свои комплексы и скованность, обретая большую гибкость и свободу в общении с окружающим миром.

Памятуя об этом, используйте свое ассоциативное мышление и попробуйте понять, какое воздействие оказали лично на вас истории, рассказанные Эриксоном на семинаре.

СЕМИНАР

ПОНЕДЕЛЬНИК

Занятие проходит в гостевом доме Эриксона, состоящем из трех комнат: спальни, гостиной (к которой примыкает кухня) и кабинета самого доктора Эриксона. Занятия обычно проходят в гостиной, поскольку она больше кабинета, и студентам, которых иногда собирается до пятнадцати человек, в кабинете не разместиться. В гостиной три книжных шкафа, на стенах висят дипломы, картины и разные сувениры.

Студенты располагаются полукругом на диване и мягких стульях. По левую сторону от сидящего в коляске Эриксона стоит мягкое кресло с зеленой обивкой. В нем обычно сидит “объект изучения”.

Миссис Эриксон вкатывает доктора Эриксона в гостиную. Эриксон разрешает желающим прикрепить микрофоны к лацканам своего пиджака. Затем он берет в руки карандаш с декоративной верхушкой в виде головки с волосами из волокон пурпурного цвета. Волокна аккуратно зачесаны в виде острия на верхнем конце карандаша. Показывая собравшимся карандаш, Эриксон замечает: “Вот такими люди приходят ко мне”. Затем он энергично катает карандаш между ладонями, приводит прическу из волокон в полный беспорядок и добавляет: “А вот такими они от меня уходят”.

Затем Эриксон просит присутствующих заполнить анкеты и сообщить следующую информацию о себе: дата занятия, имя, адрес, почтовый индекс и номер телефона, образование и где получены ученые степени, возраст и дата рождения, наличие братьев и сестер, их пол и возраст, где воспитывались (в деревне или в городе).

Эриксон ждет, пока все заполняют анкеты. Затем он внимательно читает каждый листок и делает замечания, просит добавить пропущенные сведения.

Занятие начинается. Доктор Эриксон делает какое-то замечание по анкете Джейн, психолога из Нью-Йорка. Она отвечает, что вот уже несколько лет переживает по поводу того, что она единственный ребенок.

Эриксон: Интересно, как сильно может переживать насчет семилетнего брата пятнадцатилетняя девочка?

Джейн: С этого все и началось.

Эриксон: Бедный братишка.

Джейн: Он выжил.

Эриксон: А у вас нет братьев или сестер? (*Обращается к Анне, социальному работнику из Швейцарии.*)

Анна: Почему же, есть. Я просто не расслышала, как заполнять. Скажите, что вас интересует?

Эриксон: Перечислите ваших братьев и сестер, их пол и возраст.

Санда: Здравствуйте, доктор Эриксон. Меня зовут Санда. (*Санда только что вошла в комнату. Она — терапевт из Нью-Йорка.*)

Эриксон (Кивает Санде): Кэрол, а вы не указали свою ученую степень и дату. (*Кэрол готовит докторскую диссертацию по клинической психологии. Она из Массачусетса.*)

Кэрол: Дату получения степени?

Эриксон: Нет, сегодняшнюю дату. Ваше имя, адрес, номер телефона, ваш почтовый индекс, ученая степень, где вы ее получили, ваши братья и сестры, их пол и возраст, ваше семейное положение, есть ли дети, где вы воспитывались: в городе или деревне.

Зигфрид: Меня зовут Зигфрид. Я из Германии, из Гейдельберга. (*Зигфрид — доктор философии, психолог-клиницист.*)

Эриксон: Рад познакомиться.

Зигфрид: Не возражаете, если я прикреплю к вам еще один микрофон?

Эриксон: Цепляйте сколько душе угодно.

Зигфрид: Спасибо.

Санда: А еще один можно? Выдержите?

Эриксон: У меня тихий голос. Я дважды перенес полиомиелит, у меня смещен язык, а губы частично парализованы. У меня действует только половина диафрагмы, и я не могу громко говорить. Все, что я скажу, запишут магнитофоны, но, боюсь, вам будет трудно разобрать мою речь. Не стесняйтесь, сразу же переспрашивайте. И еще одна просьба: все, кто плоховато слышит, подсаживайтесь поближе. Обычно те, у кого со слухом неважно, садятся подальше. (*Эриксон смеется.*)

Начиная занятия по психотерапии, я хочу подчеркнуть, что существует состояние осознанного восприятия и состояние неосознанного восприятия. Для удобства я буду говорить о сознательном разуме и неосознанном разуме.

Сознательный разум — это состояние непосредственного восприятия. Вы осознанно воспринимаете инвалидную коляску, ковер на полу, других присутствующих здесь людей, лампы, книжные шкафы, цветущие кактусы, картины на стенах, графа Дракулу на стене у вас за спиной. (*“Граф Дракула” — висящий на стене засушенный электрический скат.*) Иначе говоря, ваше внимание разделяется между тем, что я говорю, и тем, что вас окружает.

Неосознанный разум включает всю информацию, полученную в течение жизни. Многое из этого вы совсем позабыли, но оно легло в основу ваших машинных действий. По сути, наше поведение в значительной мере представляет собой автоматическое функционирование этих забытых воспоминаний.

Например... Взять хотя бы вас. (*Эриксон с улыбкой обращается к Кристине, врачу из Калифорнии, которая говорит с сильным немецким акцентом.*) Вы знаете, как ходить? Как вставать? Пожалуйста, объясните, как вы встаете.

Кристина: Наверное, перемещая центр тяжести и в то же время...

Эриксон: А как вы перемещаете центр тяжести?

Кристина: Я думаю, путем ряда неосознанных движений.

Эриксон: А каких движений?

Кристина: Честно говоря, я об этом не задумывалась.

Эриксон: Как вы думаете, могли бы вы пройти шесть кварталов размеренным шагом по улице, где нет никакого транспорта? А могли бы вы пройти размеренным шагом по прямой?

Кристина: Может, не совсем размеренным шагом. Но думаю, чем больше я буду стараться, тем хуже будет результат.

Эриксон: Так, а как вы пойдете по улице?

Кристина: Если я буду стараться?.. Хуже, чем если бы я не старалась.

Эриксон: Что?

Кристина: Гораздо хуже, чем в том случае, если бы я не старалась.

Эриксон: А как вы обычно ходите по улице... спешите?

Кристина: Ставлю одну ногу впереди другой, не задумываясь об этом.

Эриксон: И насколько прямым будет ваш путь?

Кристина: Не знаю. Наверное, достаточно прямым.

Эриксон: А где вы остановитесь и где задержитесь?

Кристина: Зависит от обстоятельств.

Эриксон: Это, что называется, уклончивый ответ. (*Эриксон смеется.*) Так где же вы задержитесь и где остановитесь?

Кристина: Остановлюсь на красный свет.

Эриксон: Где?

Кристина: На краю тротуара.

Эриксон: На самом краю?

Кристина: Может, немного не доходя.

Эриксон: Сколько не доходя?

Кристина: Несколько шагов, может, один шаг.

Эриксон: А если вместо светофора стоит знак, запрещающий переход, а то и знака нет, что тогда?

Кристина: Если будет двигаться транспорт, я остановлюсь.

Эриксон: Я сказал, что на улице нет никакого движения транспорта.

Кристина: Тогда я пойду без остановок.

Эриксон: Допустим, это перекресток (*показывает рукой*), здесь стоит светофор, а вы идете здесь, вы смотрите вверх, а затем поворачиваете голову, чтобы определить, далеко ли до края тротуара. А если здесь запрещающий знак, вы замедляете шаги, чтобы его прочесть. Вот вы подходите к краю тротуара и как вы поступите дальше?

Кристина: После того, как я остановлюсь?

Эриксон: После того, как достигнете бортика тротуара.

Кристина: Остановлюсь и осмотрюсь.

Эриксон: Осмотритесь в какую сторону?

Кристина: В направлении возможного появления транспорта.

Эриксон: Я сказал, что никакого транспорта нет.

Кристина: Тогда я пойду дальше. Посмотрю на противоположную сторону и прикину, какой шаг мне нужно сделать, чтобы спуститься с тротуара на мостовую.

Эриксон: Вам придется остановиться и прикинуть высоту тротуара, затем вы автоматически посмотрите направо и налево. А когда вы достигнете противоположного тротуара, вы уже не будете смотреть ни налево, ни направо. А что может заставить вас замедлить шаги?

Кристина: Приближающийся транспорт?

Эриксон: Если вы голодны, то притормозите у ресторана. Глянув на свои бусы, вы завернете в ювелирный магазин. (*Кристина смеется.*) А рыболлов или охотник непременно отклонится от прямой к витрине охотничьего магазина. А вот мимо чего никто из нас не может пройти не задержавшись? Мимо какого здания?.. Как будто невидимый барьер преграждает вам путь. Вы пытались равнодушно пройти мимо булочной с пекарней? Любой — мужчина, женщина, ребенок — замедляет шаги у пекарни.

(*Обращаясь к Кристине.*) Вот вы — врач, как вы научились вставать? Вопрос ко всем относится. Вы знаете, как вы научились вставать? Каков был ваш первый опыт?

Кристина: Сделала усилие и попыталась.

Эриксон: Вы тогда даже не знали и не понимали такого слова — “встать”. А как вы научились?

Кристина: Может, случайно...

Эриксон: Случай случаю рознь. *(Смех.)*

Кристина: Потому что я хотела чего-то добиться. *(Роза — врач из Италии.)*

Эриксон: И чего же вы добивались?

Кристина: Чего добивалась?

Эриксон: Не пытайтесь ответить на этот вопрос.

Анна: Возможно, было просто желание. Желание сделать так, как другие. Как малыш подражает взрослым.

Эриксон: Так, ну и как же вы это сделали?

Анна: С точки зрения физиологии, скорее всего, уперлась ногами... и помогла себе руками.

Эриксон (обращаясь к группе, но глядя перед собой в какую-то точку на полу): Я учился вставать дважды: первый раз ребенком, а второй — когда мне было восемнадцать лет. В семнадцать меня полностью парализовало. У меня была совсем крошечная сестренка. Я наблюдал, как она ползала и как встала на ножки. Я научился вставать у своей сестренки, которая была на семнадцать лет моложе меня.

Первым делом надо ухватиться за что-то и, подтянувшись, выпрямиться. Затем рано или поздно, совсем случайно (такой случай со всеми приключается) вы обнаруживаете, что можете частично перенести вес на ногу. Затем выясняется, что колено подогнулось — и вы шлепаетесь. *(Эриксон смеется.)* Тогда вы снова подтягиваетесь и пытаетесь встать на другую ногу, но и это колено подгибается. Еще немало времени пройдет, прежде чем вы научитесь распределять вес на обе ноги и выпрямлять колени. Предстоит научиться расставлять ноги и не скрещивать их, потому что на скрещенных ногах не встанешь. Надо научиться расставлять ноги как можно шире. Но когда вы выпрямите колени, ваше тело вас опять подведет — вы прогнетесь в тазу.

Потребуется изрядное время и усилия, чтобы научиться выпрямлять колени, расставлять ноги, держать прямо таз и все это — ухватившись за край манежа. У вас четыре точки опоры — две ноги и две руки.

А что произойдет, если вы поднимете эту руку? (*Эриксон поднимает левую руку.*) Вы шлепнетесь на мягкое место. Это большой труд — научиться поднимать эту руку, и еще больший труд — вытягивать руку вперед, потому что тело следует за рукой. (*Эриксон двигает рукой вправо и влево.*) Потом вы двигаете рукой так и эдак. Нужно научиться удерживать равновесие при любом движении руки.

Потом вы учитесь управлять другой рукой, а затем надо научиться координировать движения рук с движениями головы, плеч и всего тела. И, наконец, вы стоите и обе руки свободны.

Теперь скажите, как вы встаете на одну ногу? Это сложнейшая задача, потому что, когда вы пытаетесь сделать это в первый раз, вы забываете держать колени и таз прямо, и шлепаетесь. Через какое-то время вам удастся переносить весь ваш вес на одну ногу и вы выставляете другую вперед, центр тяжести в результате перемещается — и вы падаете. Вы еще долго учитесь выставлять одну ногу вперед. Наконец, вы делаете первый шаг и, право, это выходит у вас весьма недурно. Тогда вы делаете этой же ногой второй шаг, но уже не так удачно, затем третий и опускаетесь на пол. Придется еще немало потрудиться, чтобы научиться топтать правой, левой, правой, левой, правой, левой.

Вы все умеете ходить, хотя совершенно не представляете, как это делается.

(*Эриксон обращается к Кристине.*) Вы говорите по-немецки, не так ли?

Кристина: Да.

Эриксон: Вам легче было выучить английский, чем немецкий?

Кристина: Нисколько не легче. Английский учить гораздо труднее.

Эриксон: Почему?

Кристина: Немецкий — мой родной язык, и он дался мне без труда, потому что все вокруг на нем говорили. А английский пришлось учить...

Эриксон: Вам пришлось овладеть совсем новой постановкой голосового аппарата и координировать ее со слухом. Скажите-ка: “Птица летит высоко”.

Кристина: Птица летит высоко.

Эриксон: А теперь скажите это же по-немецки. (*Кристина говорит фразу на немецком языке*).

Эриксон: Можете это же сказать на нижне-немецком наречии?

Кристина: Нет.

Эриксон: Почему?

Кристина: Я его никогда не учила. Я его, пожалуй, и не пойму. Он отличается.

Эриксон: Вы слышали такое выражение: “Прайс хорошо, а Баер лучше”?

Кристина: Простите, я не поняла.

Эриксон: “Прайс хорошо, а Баер лучше”.

Кристина: Я такого не слышала.

Эриксон: Я не говорю по-немецки. У меня, возможно, неверное произношение. “Хорошо быть пруссаком, но баварцем лучше”. (*Смех.*)

Зигфрид: Пожалуйста, говорите погромче.

Эриксон: А у меня встречная претензия — вы слишком тихо говорите. А если признаться начистоту, я не очень хорошо слышу. (*Эриксон смеется. Затем говорит, опустив глаза вниз.*) Хорошо. В психотерапии приходится учить пациента многому из того, чему он уже научился, и научился очень давно, но успел забыть узнанное.

Еще я хочу сказать, что мозг состоит из миллиардов клеток. Миллиардов и миллиардов клеток мозгового вещества. Клетки мозга в высшей степени специализированы. В изучении немецкого языка участвует одна группа клеток, совсем другая — в изучении английского, и третья — в изучении испанского.

Вот вам иллюстрация к этому. У меня было два пациента в палате, куда я часто водил на практику студентов. У обоих пациентов было небольшое мозговое кровоизлияние — очень незначительное. Один мог называть все предметы, но не мог ответить, для чего они предназначены. Мог назвать ключ, дверь, ручку двери, замочную скважину. Называл все, что угодно, но не помнил глаголов.

Другой пациент не помнил названий предметов, но мог показать, как они используются. Он не мог произнести слово “ключ”, не мог указать на скважину, или ручку двери, или саму дверь. Если дашь ему ключ и скажешь: “Открой дверь” — он не понимал, о чем речь. Но если покажешь, куда вставить ключ, он открывал дверь. Если скажешь ему: “Поверни дверную ручку” — он не понимал, что ему говорили. А если покажешь ему вот так (*Эриксон показывает, как открыть ручку*), он понимал. Откроешь дверь, это ему тоже понятно.

Говоря иначе, клетки мозга настолько специализированы, что буквально на каждый элемент знания есть своя клетка, и все они связаны.

Хочу обратить ваше внимание еще на одну вещь — гипноз. Гипноз — это состояние, когда вы перестаете осознанно воспринимать действительность. Под гипнозом включается неосознанное восприятие. Потому что бессознательно вы знаете гораздо больше, чем когда мыслите осознанно. (*Обращается к сидящей в зеленом кресле Санде.*) Я попрошу вас поменяться местами с... (*Обращается к Кристине.*) Как вас зовут?

Кристина: Кристина.

Эриксон: Кристи?

Кристина: Кристина. (*Пересаживается в зеленое кресло.*)

Эриксон: Джо Барбер погружал вас в транс?

Кристина: Да.

Эриксон: Много раз?

Кристина: Несколько раз.

Эриксон: Хорошо. Откиньтесь на спинку кресла и смотрите на эту лошадку. (*Эриксон указывает на пластиковую лошадку на книжном шкафу на противоположной стороне комнаты. Кристина усаживается поудобнее и откладывает в сторону свой блокнот. Ноги не скрещены, руки лежат на коленях.*) Видите ее?

Кристина: Да.

Эриксон: Смотрите в этом направлении. А вы все слушайте и запоминайте, что я говорю.

Так, Кристина, смотри на эту лошадку. *(Кристина перекладывает блокнот и пристраивает его в кресле с левой стороны, между собой и подлокотником.)* Не надо двигаться. Не надо говорить. Я попробую напомнить тебе то, что ты давно забыла. Когда ты первый раз пошла в школу и стала учиться писать буквы алфавита, это казалось тебе ужасно трудной работой. Такая тьма букв. И все разной формы. А еще того хуже, буквы прописные и строчные. *(Кристина медленно мигает.)* Пока я с тобой говорю, у тебя меняется дыхание. Изменился ритм сердца. Изменилось давление. Изменился мышечный тонус. Двигательные рефлексы изменились. А теперь *(Кристина закрывает глаза)* я хочу, чтобы глаза у тебя оставались закрытыми и чтобы тебе было очень удобно и приятно. И чем лучше ты будешь себя чувствовать, тем глубже будет транс. Я хочу, чтобы ты погрузилась в такой глубокий транс, что перестанешь ощущать собственное тело. Ты будешь один только лишенный тела разум. Разум, плывущий в пространстве. Плывущий во времени. Давние воспоминания вернутся к тебе. Память о том, что давно забыто.

И повсюду за тобой будет следовать мой голос и станет голосом твоих родителей, твоих учителей. Он будет звучать и по-немецки. Это будет голос твоих друзей по играм, по школе, голос учителя.

Далее, я хочу, чтобы ты знала еще нечто важное. Я хочу, чтобы твоё тело оставалось в глубоком крепком сне, а спустя некоторое время пусть проснется только твоя голова. Только голова. Тело пусть спит. От шеи и выше ты будешь бодрствовать. Это будет для тебя трудно, но ты сумеешь проснуться от шеи и выше. Это будет тяжело, будет трудно, но ты сможешь. А тело пусть крепко спит. Ты способна на большее; даже если тебе не хочется просыпаться, ты все равно проснешься от шеи и выше. *(Кристина открывает глаза.)* Как ты себя чувствуешь?

Кристина: Отлично. *(Кристина улыбается. Когда она начинает отвечать Эриксону, тело ее напряжено, а глаза устремлены только на Эриксона.)*

Эриксон: Ну, так какими воспоминаниями ты хочешь с нами поделиться?

Кристина: Я чувствовала только то, о чем вы говорили.

Эриксон: Так... Как насчет школы?

Кристина: Сомневаюсь, что я помню что-нибудь о школе.

Эриксон: Сомневаешься, что помнишь о школьных днях?

Кристина: Я могу припомнить кое-что осознанно, но я ничего не почувствовала.

Эриксон: Ты уверена?

Кристина (поднимает глаза): Думаю, да.

Эриксон: Ты ощущаешь, что ты не спишь.

Кристина: Как вы и сказали, я не сплю от шеи и выше. *(Улыбается.)* Мне кажется, стоит мне собраться с силами, я бы, пожалуй, смогла пошевелить руками, только что-то не хочется.

Эриксон: Самое главное открытие новорожденного *(Кристина смотрит на кинокамеру)* — это то, что он не осознает, что у него есть тело. Просто не знает об этом. “Это моя рука *(Эриксон поднимает левую руку)*, а это моя нога”.

Когда младенец голоден, он плачет *(Кристина смотрит на студентов)*, а мать может взять его на руки, погладить по животу и уложить обратно в постель. Мышление у ребенка развито еще недостаточно, но на уровне ощущений он понимает многое. Когда голодный спазм повторяется *(Кристина смотрит на студентов, а ее правая рука медленно поднимается)*, ощущение подсказывает ему: “Не надолго хватило мне этого обеда”. Мать снова берет его на руки и гладит по спинке, малыш воспринимает это как насыщение, до следующего приступа голода. Тогда он опять кричит, возмущаясь, почему это обед такой скудный.

Через некоторое время, когда малыш приучается брать в руки и играть с погремушкой или другой игрушкой, он вдруг обращает внимание на свою руку. *(Рука у Кристины перестает двигаться и останавливается на уровне чуть ниже плеча.)* С интересом он пытается дотянуться до руки и, полный изумления, не может понять, почему эта “игрушка” ускользает от него, когда он пытается ее достать. Наконец, однажды малышу удается ухватить “игрушку” и он выглядит невероятно озадаченным, потому что настоящая игрушка на ощупь совсем другая, чем “эта”... Причем “эта” есть по обе стороны от тебя.

Появляется осязательная стимуляция, а с нею упрощается процесс дальнейшего знакомства со своим телом.

Как получилось, что у тебя поднялась рука?

Кристина: Еще не открывая глаз, я почувствовала, что она хочет подняться. Я знаю, где она сейчас.

Эриксон: Для тебя именно это важно или то, что твоя рука поднялась, а ты не знаешь почему?

Кристина (улыбается): Верно. Я всегда думаю, почему? Это ведь не первый раз.

Эриксон: И что же?

Кристина: Я всегда размышляю над этим и не первый раз наблюдаю, как это происходит. Обычно поднимается именно эта рука.

Эриксон: Так что же заставляет ее подниматься?

Кристина (отрицательно качнув головой): Не знаю.

Эриксон: В твоем поведении есть многое, о чем ты не знаешь. У тебя обычно движется правая рука и поднимается к лицу. *(Рука движется к лицу, вскоре тыльная сторона касается лица. Ладонь обращена к группе, большой палец и мизинец оттопырены.)* Ты понимаешь, что все происходит помимо твоей воли: рука словно приклеилась к лицу и ты не можешь ее оторвать. Чем сильнее ты стараешься, тем крепче она приклеивается. Ну, постарайся отвести руку. Видишь, не получается. *(Кристина улыбается.)* Ты можешь опустить свою руку только одним способом... *(Эриксон поднимает левую руку.)* У тебя хорошая реакция. Ты тут же скопировала мое движение рукой.

Кристина: Простите, не расслышала.

Эриксон: Я сделал движение рукой. Ты начала копировать. Чтобы твоя рука опустилась на колени, тебе надо поднять вторую и, взяв первую, с силой толкнуть ее вниз.

Кристина: Вот именно в этом месте во мне всегда идет ужасная борьба. С одной стороны, мне кажется, что я могу это сделать, а с другой — что это невежливо. И я не пойму, то ли я не делаю этого, потому что не хочу быть невежливой, то ли я на самом деле не могу этого сделать.

Эриксон: Это понятно. Твой ум вмешивается в твое знание.

Кристина: Так всегда происходит.

Эриксон: Теперь все обратите внимание. Вы видели, чтобы в жизни кто-нибудь сидел так неподвижно, в застывшей позе? Сначала она даже не повернула голову в мою сторону. Двигались только ее глаза. Обычно вы поворачиваетесь лицом к собеседнику. *(Обращаясь к Кристине.)* А ты повернула глаза. Ты отделила свои глаза от головы и шеи.

Кристина: У меня рука устала.

Эриксон: Что? Не понял.

Кристина: У меня рука устала.

Эриксон: Рад это слышать. Когда тебе будет на самом деле невмоготу, твоя левая рука поднимется и толкнет правую вниз. Так ты полагаешь, что не спишь, не так ли?

Кристина (слабым голосом): Да.

Эриксон: На самом деле ты спишь. Но ты действительно не понимаешь, что ты спишь. Как ты думаешь, ты еще долго сможешь пробыть с открытыми глазами?

Кристина: Не знаю.

Эриксон: Может, они сейчас закроются? (*Кристина моргает.*) И останутся закрытыми? (*Глаза у Кристины закрываются.*) Ну что, опять хочется поразмыслить над этим? (*Кристина открывает глаза.*)

Кристина: Если бы я могла отключить этот дурацкий ум! Он вечно обо всем размышляет.

Эриксон: Ты осознаешь, что не можешь встать?

Кристина: Нет.

Эриксон: У тебя не закрадывается сомнение, что ты сможешь встать?

Кристина: Угу.

Эриксон: А тебе не кажется, что ты неподвижна, как при крестцовой блокаде?

Кристина: При чем?

Эриксон: При крестцовой блокаде. Крестцовой анестезии...

Кристина: А, поняла. Да, так.

Эриксон: Такое ощущение?

Кристина: Почти.

Эриксон: Пусть посмотрит, как вот эта вертится (*Эриксон указывает на одну из женщин*), как другие ерзают. Вы все понимаете, что я имею в виду, когда

говору “посмотрим, как другие ерзают”. Для бодрствующего человека ты страшно неподвижна. *(Кристина делает слабое движение правым локтем.)* Пусть рука у тебя устает все больше, пока тебе не захочется... *(Кристина закрывает глаза)* воспользоваться левой рукой и пригнуть правую вниз... *(Кристина улыбается, открывает глаза, поднимает левую руку и осторожно пригибает правую вниз.)*

Чувствуешь, что твои руки немного проснулись, верно?

Кристина: Руки? Да.

Эриксон: Можешь ими пошевелить? Не пальцами, а руками.

Кристина: Нужно большое усилие. *(Улыбается.)*

Эриксон: Можешь проанализировать это усилие? Вот доктор-анестезиолог и она интересуется гипнозом. Чтобы получить крестцовую блокаду у беременной женщины, я неоднократно погружаю ее в транс, вот и все. Я ей говорю: “Когда вас повезут рожать, думайте о поле ребенка, и его весе, о внешности, о том, будут ли у него волосы. Через какое-то время акушер, который отвечает за нижнюю часть вашего тела, предложит вам полюбоваться вашим малышом. Он будет держать его высоко в руках. У вас крестцовая блокада — полная анестезия”.

Когда моя дочь, Бетти Элис, рожала первого ребенка, доктор очень беспокоился. Он был одним из моих студентов. Но дочь сказала: “Не волнуйтесь, доктор, вы акушер и знаете свое дело. В ваших руках вся нижняя часть моего тела, зато верхняя — в моих”. И она начала рассказывать сестрам и другим медикам в операционной, как она училась в школе в Австралии. Через некоторое время доктор спросил: “Бетти Элис, вам разве не интересно, кто у вас родился?” И он поднял мальчика. “Ой, мальчик, — обрадовалась она. — Дайте его мне. Я такая же, как все мамы. Хочу пересчитать пальчики на ручках и ножках”. Ей, конечно, хотелось знать, что с ней происходит, хоть она и рассказывала про Австралию.

Я смотрю, вы все постоянно меняете положение на своих стульях. *(Кристина улыбается.)*

(Эриксон смотрит в пол.) Как-то у меня лечилась одна пациентка. Она ходила ко мне несколько месяцев. Однажды она мне заявляет: “Хочу в транс, доктор Эриксон”. Уже в трансе, говорит: “Мне так приятно, я останусь здесь на весь день”. А я отвечаю: “К сожалению, у меня есть еще пациенты. На весь день не получится”. А она: “Какое мне дело до ваших пациентов?” Я ей объяс-

няю, что это мой заработок. Она в ответ: “Хорошо. Плачу за каждый час. Но я останусь на весь день”. (*Эриксон смотрит на Кристину.*) Как мне удалось от нее избавиться? Я ей сказал: “Спите в свое удовольствие. Надеюсь, вам не придется бежать в туалет”.

(*Обращается к Кристине.*) Твои плечи просыпаются.

Кристина: Хотите, чтобы все остальное тоже проснулось?

Эриксон: Пожалуй, а то как бы чего не вышло. (*Эриксон смеется, Кристина улыбается.*)

Кристина: Не понимаю, что может случиться.

Эриксон: Надеюсь, тебе не придется бежать в туалет... (*Кристина смеется и отмахивается рукой.*) Приходишь понемногу в себя. (*Кристина шевелится, двигает руками.*)

Кристина: Да.

Эриксон: Туалет отменяется. (*Смех.*). (*Обращается к группе.*) Кто из вас никогда не был в трансе?

(*Обращается к Кэрол.*) Ты не была. (*Обращается к Зигфриду.*) И ты не был. Так, доктор, в трансе приятнее смотреть на хорошенькую девушку, чем на мужчину. Не так ли?

Зигфрид: Повторите, пожалуйста, я не расслышал.

Эриксон: Приятнее смотреть на хорошенькую девушку.

Зигфрид: Теперь дошло. (*Смех.*)

Эриксон (обращается к Кэрол): Так, поменяйтесь местами с... (*Кристина и Кэрол меняются местами.*)

Вы заметили, что Кристину я ни о чем не просил.

Кристина: Вы спрашивали, приходилось ли нам бывать в трансе? Я тоже никогда не была в трансе, только я сперва не поняла ваш вопрос и поэтому...

Зигфрид: Теперь дошло. (*Смех.*)

Эриксон (обращается к Кристине): Тебя зовут Кристи, верно?

Кристина: Нет. Кристина.

Эриксон: Я просил тебя пересесть?

Кристина: Я думала, что вы просите меня поменяться с ней местами.

Эриксон: Нет, я ее попросил. *(Указывает на Кэрол.)*

Кристина: Так что мне надо делать?

Эриксон: Ты уже это сделала. Я не сказал тебе проснуться. *(Смех.)* Я включил твое сознание. Я просил ее пересесть. А ты сделала остальное.

(Обращается к Кэрол.) Ты никогда не была в трансе? *(Кэрол сидит, положив руки на подлокотники.)*

Кэрол: Я не совсем уверена. *(Кэрол отрицательно качнула головой.)* Кажется, однажды, а может, и нет. *(Кэрол удобнее устраивает руки.)*

Эриксон: Твое имя?

Кэрол: Кэрол.

Эриксон: Кэрол. *(Эриксон поднимает левую руку Кэрол за запястье, и она каталептически повисает. Кэрол смотрит на руку, затем на Эриксона. Кисть руки опущена, пальцы раздвинуты.)* У тебя такое было когда-нибудь, что незнакомый человек берет тебя за руку и оставляет ее висящей в воздухе? *(Кэрол отворачивается, потом снова смотрит на Эриксона.)*

Кэрол: Такого со мной никогда не было. *(Кэрол смеется.)* Подожду, посмотрю, что дальше будет.

Эриксон: Как ты полагаешь? Ты уже в трансе?

Кэрол: Нет.

Эриксон: Ты, правда, так считаешь?

Кэрол: Да.

Эриксон: Ты уверена?

Кэрол: Глядя на руку, не уверена. *(Кэрол смеется.)*

Эриксон: Ты не уверена. Как ты думаешь, у тебя скоро закроются глаза? *(В этот момент Кэрол смотрит на Эриксона. Эриксон пристально смотрит на нее.)*

Кэрол: Не знаю.

Эриксон: Не знаешь.

Кэрол: Похоже, скоро.

Эриксон: Ты действительно уверена, что глаза не закроются и не останутся закрытыми.

Кэрол: Не уверена. Они слипаются. *(Улыбается.)*

Эриксон: Думаешь, они скоро совсем слипнутся и не откроются.

Кэрол: Дело идет к этому. *(Студенты смеются. Кэрол улыбается.)*

Эриксон: Так что, ты вовсе не уверена, Кэрол?

Кэрол: Нет.

Эриксон: Но начинаешь убеждаться, что глаза у тебя закроются. *(Кэрол моргает.)* Вот уже довольно скоро... и останутся закрытыми. *(Глаза у Кэрол закрываются.)*

Относительно психотерапии, следует знать, что ваш пациент помнит о своем прошлом опыте гораздо больше, чем можно предположить. Вы не знаете, как вы засыпаете. Вы не знаете, как освобождается ваше восприятие, осознанное восприятие. Так что, когда ко мне приходит пациент, передо мной много неясного. Но я знаю, как найти ответ на мои сомнения, а пациент не знает. *(Эриксон обращается к Кэрол, которая медленно опускает руку на колени.)* Ты чувствуешь себя все удобнее и приятнее. Теперь засыпай так крепко, что тебе покажется, будто у тебя совсем нет тела. Ты будешь ощущать себя только разом, плавающим в пространстве и времени.

Возможно, ты маленькая девчушка, играющая у себя дома, или школьница. Я хочу, чтобы к тебе вернулись воспоминания о том, что ты давно позабыла. Хочу, чтобы ты ощутила себя маленькой девочкой, со всеми ее чувствами. Немного позже ты, возможно, поделишься с нами некоторыми из этих ощущений.

Допустим, ты играешь в школьном дворе, или завтракаешь, или любишь платье своей учительницы. Вот ты вглядываешься в написанное на школьной доске или рассматриваешь картинки в книжке... все это ты давно забыла.

И сейчас не 1979 год — все происходит гораздо раньше. И даже не 1977 год и даже не 1970-й. Скорее всего, это 1959-й или 1960 год. Кто знает, может, ты сейчас любишься рождественской елкой, или стоишь в церкви, или играешь с собачкой или кошкой.

Спустя некоторое время ты проснешься и расскажешь нам о маленькой девочке по имени Кэрол. И стань на самом деле милой маленькой Кэрол, какой она была в 1959-м или 1960 году. Я хочу, чтобы твое тело пребывало в глубоком сне, а сама ты бодрствовала от шеи и выше. *(Эриксон замолкает на мгновение. Кэрол поворачивает голову и смотрит на него.)*

Эриксон: Ну! *(Эриксон пристально смотрит на Кэрол. Во время индукции он в основном смотрел ей под ноги.)* Что ты хочешь мне сказать?

Кэрол: Вы кажетесь очень милым. *(Голос у Кэрол совсем юный.)*

Эриксон: Вот как?

Кэрол: Угу.

Эриксон: Спасибо. А где мы?

Кэрол: По-моему, в парке. *(Отвечая, Кэрол, не отрываясь, смотрит на Эриксона.)*

Эриксон: В небольшом парке. Кем ты хочешь стать, когда вырастешь?

Кэрол: Не знаю, это еще так не скоро.

Эриксон: Очень нескоро. А сейчас чем бы ты занялась?

Кэрол: Я бы поиграла.

Эриксон: Во что?

Кэрол: С мячиком.

Эриксон: С мячиком?

Кэрол: В “классики”.

Эриксон: В “классики”. Где ты живешь? Рядом с парком?

Кэрол: Нет.

Эриксон: А где?

Кэрл: Я живу далеко. Здесь я в гостях.

Эриксон: А где же это “далеко”?

Кэрл: В Рединге.

Эриксон: Где это?

Кэрл: В Пенсильвании.

Эриксон: В Пенсильвании. (*Говорит нараспев.*) А сколько тебе лет?

Кэрл: Пять.

Эриксон: Так, тебе пять лет.

Кэрл: Я думаю, три, а, может, четыре.

Эриксон: Три или четыре. А что тебе больше всего нравится в этом парке?

Кэрл: Я люблю приходить сюда с дедушкой и смотреть на его друзей.

Эриксон: Тебе хотелось бы, чтобы они сейчас оказались здесь?

Кэрл: Нет.

Эриксон: А деревьев в парке много?

Кэрл: Есть деревья, скамейки и киоск.

Эриксон: А люди вокруг есть?

Кэрл: Тогда?

Эриксон: Сейчас.

Кэрл: Сейчас? Ага, есть.

Эриксон: Кто эти люди?

Кэрл: Профессионалы.

Эриксон: Тебе только три или четыре года, возможно, пять лет. Откуда же ты знаешь такое взрослое слово — “профессионалы”? (*Кэрол улыбается.*)

Кэрол: Да так, я чувствую разницу между сейчас и тогда.

Эриксон: Как ты думаешь, ты могла бы сейчас встать?

Кэрол: У меня нет такого ощущения, что я не могу встать.

Эриксон: Теперь оно у тебя есть.

Кэрол: Очень странно.

Эриксон: Да, очень. Хочешь, я скажу тебе один секрет?

Кэрол: Очень хочу.

Эриксон: Так вот, все сидящие здесь совсем не слышат доносящихся с улицы шумов. (*Эриксон улыбается.*) А я ведь им не говорил, чтобы они оглохли. И вот они сразу услышали весь этот шум. Сколько же из вас находятся в трансе? (*У некоторых закрыты глаза.*) Если бы вы могли оглянуться, то увидели бы, как вы все неподвижны.

(*Обращается к Кэрол.*) Закрой глаза. Просто закрой. Наслаждайся крепким сном... в очень приятном трансе, и вы тоже (*Эриксон обращается к остальным*), и вы тоже. Вот сейчас закройте глаза, именно сейчас... и погрузитесь в глубокий транс. В вашем мозгу миллиарды клеток, и все они заработают, и вы изучите все, что только можно изучить.

Как-то я вел практические занятия с теми, кто избрал психиатрию своей специальностью. Я дал каждому на дом книгу для изучения и сказал: “Через три-четыре месяца я вас всех соберу. К этому времени каждый должен прочитать свою книгу и быть готовым подробно пересказать ее. Они знали, что так и будет. Некоторые из моих студентов легко поддавались внушению. И вот, месяца через четыре, я собрал их в конференц-зале и сказал: “Помните, я раздал вам книги для изучения? Пришло время отчитаться”. Те, кто не были легко внушаемыми, оживились, поскольку все они прочитали свои книги, и один за другим сделали свои доклады.

Гипнабельные студенты выглядели удрученными и огорченными. Когда я стал их вызывать по одному, каждый смущенно отвечал: “Извините, доктор Эриксон, я позабыл прочитать книгу”. “Не принимаю никаких извинений, — ответил я, — вы получили задание и вам было сказано подготовить отчет через три-четыре месяца. А вы заявляете, что даже не прочитали книгу. Автора и на-

звание хоть помните?” Автора и название они вспомнили и опять извинились. Тогда я сказал: “Достаньте бумагу и ручку и попробуйте кратко изложить, что, по вашему мнению, автор мог написать в третьей главе; о чем он рассуждал в седьмой главе, а также в девятой”. Они смотрели на меня в полном недоумении: “Откуда же нам это знать?” “Ну вы же знаете, кто автор и о чем книга. А большего и не требуется. Садитесь и пишите об этих трех главах”. Сели они и принялись писать: “Я думаю, что в третьей главе автор рассмотрел проблемы а, б, в, г, д, е и ряд других вопросов”. “В седьмой главе, я полагаю, автор изложил...”. Далее следовал перечень проблем. “А девятая глава посвящена вопросам...”.

Тогда я достал книги, которые им были даны на дом, и попросил каждого прочитать третью главу и сравнить со своим сочинением. “Откуда я это знаю?” — изумлялся каждый. Они прочитали свои книги в гипнотическом трансе и забыли об этом. Но их отчеты были гораздо лучше, чем у тех, кто говорил по памяти. Просто они совсем не помнили, что прочитали книгу. Такое случалось пару раз, но они больше не боялись, когда приходило время отчитываться. Отчитываться, если некуда деваться. (*Эриксон смеется и смотрит на Кэрол.*)

Скоро, Кэрол, я попрошу тебя совсем проснуться. Не спеша, с приятным ощущением.

Что ты думаешь о висящем вон там графе Дракуле? (*Эриксон указывает в том направлении.*) Он там днем обретается, а ночью оживает и питается кровью. (*Кэрол улыбается.*) Все видите графа Дракулу? При такой жизни ему и гроб не нужен, да и никто не догадается, кто он на самом деле. (*Кэрол двигает руками.*)

(*Обращается к Кэрол.*) Хочешь, предскажу твою судьбу?

Кэрол: Да.

Эриксон (смотрит на ладонь Кэрол): Видишь эту линию, а на ней буквы “р, е, д, и, н, г”? Это название парка.

Кэрол: Название чего?

Эриксон: Название парка.

Кэрол: Парка.

Эриксон: В Пенсильвании. Видишь своего дедушку вот здесь? Ведь тебе нравится ходить в этот ухоженный парк в Рединге, в Пенсильвании? Как у меня получается гадание по руке?

Кэрол: Что?

Эриксон: Как я гадаю по руке?

Кэрол: Неплохо. (*Кэрол смеется, и ее рука падает на колени.*)

Эриксон: К чему я говорил о графе Дракуле? Зачем я его упомянул? Для детей в нем есть притяжение.

Зигфрид: Что есть?

Эриксон: Притяжение — интерес для детей.

Анна: К чему притяжение?

Зигфрид: Влияние на детей?

Эриксон: Нет, интерес для детей.

Зигфрид: А, интерес.

Эриксон (обращается к группе): Я говорю то, о чем думают дети. Гадание по руке тоже полезная вещь. А то, что граф Дракула далеко-далеко от парка в Рединге, способствовало амнезии и переключило ее внимание с этого кресла на парк в Рединге, на ее детство, на прошлое, хотя я не давал ей установку на амнезию.

(*Обращается к Кэрол.*) О чем я говорю?

Кэрол: Я что-то не могу толком понять. (*Смеется.*)

Эриксон: Так-так, не может толком понять. (*Смеется.*) Разве учителя и родители не твердили вам всем: “Смотри на меня, когда я с тобой разговариваю, смотри на меня, когда я к тебе обращаюсь”? Вот она уселась в кресло и стала слушать меня, и мне удалось вызвать в ней стиль поведения, характерный для ее далекого детства.

(*Обращается к Кристине.*) Она не смогла уловить смысл моих слов, даже когда я говорил о ней.

(*Обращается к Кэрол.*) Когда ты уехала из Рединга в Пенсильвании?

Кэрол: После окончания школы.

Эриксон: Как же я узнал, что ты с дедушкой ходила к парк?

Кэрл (шепотом): Это я сказала.

Эриксон (перебивая ее): Дедушка сказал, конечно, он. А ты любила смотреть на его друзей. Хочешь поведать мне свои тайные грехи, если они у тебя есть? (Смех.)

В терапии лечит сам пациент, а дело врача — создать благоприятный климат. Вы даете возможность пациенту выплеснуть наружу то, что он подавлял в себе, вспомнить то, что он, по той или иной причине, забыл.

Правда, забавно, как сразу стих уличный шум? (*Эриксон улыбается.*) А теперь вы его опять слышите.

Хорошо. Наша динамика тройкого порядка: мы деятельны интеллектуально, эмоционально и моторно, т.е. непосредственно передвигаясь. Одни более подвижны, другие — менее.

Возьмем способность передвигаться с места на место... Полярный медведь живет в Арктике, но не живет в Антарктике. Пингвин живет в Антарктике, но не живет в Арктике. Сфера жизни животных ограничена. Они могут жить над водой, под водой, в пустыне или в тропических лесах. Мы можем существовать везде. Это характерная особенность человеческого рода.

У нас есть чувствительный, или эмоциональный, уровень жизни, а также познавательный, или интеллектуальный, уровень. С первых дней нас учат развивать интеллект, как будто важнее этого ничего нет, но самое главное — это личность на всех уровнях ее существования.

В одном учебном году я преподавал в колледже Феникса гипноз дантистам, терапевтам и психологам. Мы занимались по вечерам с семи до половины одиннадцатого. Люди приезжали на занятия из Юмы, Флэгстаффа, Месы и Феникса, а после занятий возвращались обратно.

В первом семестре у меня занималась психолог по имени Мэри. На первом же занятии, стоило мне начать лекцию, как она мгновенно погрузилась в транс. Я разбудил ее, и она заявила, что никогда изучала гипноз, никогда не считала себя гипнабельной и очень удивилась, что вошла в транс. Ей было примерно лет тридцать с небольшим. Она готовилась защищать диссертацию на степень доктора философии, но с психологическим уклоном. Я разбудил ее и попросил не спать. Только я начал лекцию, как она тут же уснула. Я ее снова разбудил и приказал: "Не спи". Она погрузилась в транс, как только я произнес первые

слова лекции. Все первое занятие она проспала. Я отказался от своих попыток разбудить ее.

К середине семестра я решил, что попробую использовать ее для демонстрации студентам. Я приказал ей выйти из глубокого транса, но прихватить с собой кое-что из детских впечатлений. Мэри проснулась и сообщила, что единственное, что она помнит из детства, это рукава крыльшками и бамбуковая роща. Что бы это значило, поинтересовался я, но она не могла объяснить. И сколько я ни старался, ничего кроме крылышек и рощи не добился.

Мэри повторно прошла курс в следующем семестре и снова погружалась в транс и спала на каждой лекции. Она прошла курс в третий раз. И я подумал: “Коль скоро мне не удалось от нее ничего добиться, попробую создать обстоятельства, в которых Мэри сможет нас научить весьма многому”.

Я ей сказал: “Я хочу, чтобы ты погрузилась в глубокий-глубокий транс”. Но сначала объяснил, что человек живет интеллектуально, эмоционально и двигательно. Я велел ей войти в глубокий транс, очень глубокий, и обнаружить какое-нибудь переживание. “Такое переживание, которое тебе будет даже страшно постичь”. Я предупредил ее, что это будет очень сильное переживание, но она сможет выделить его из прошлого опыта. “Ты не знаешь, что это такое, не осознаешь умом, просто ощути это чувством, одним лишь чувством”.

Мэри проснулась, она сидела очень напряженно, вцепившись в подлокотники кресла. Ее лицо покрылось потом. Пот лил с нее ручьями, капая с носа и подбородка. Она побелела. “Что случилось, Мэри?” — спросил я. “Мне так страшно!” — воскликнула она. Она только повела глазами, но больше ни одна часть ее тела не шевельнулась, исключая органы речи, конечно. “Я ужасно боюсь, страшно боюсь!” Лицо у нее было бледное. Когда я спросил, может ли она взять меня за руку, она ответила: “Да”. Когда я спросил, возьмет ли она меня за руку, она ответила: “Нет”. “Почему?” — спросил я. “Мне так страшно!”

Я пригласил остальных студентов осмотреть Мэри и поговорить с ней. Некоторым стало плохо при виде ужаса, который она испытывала. А Мэри была в ужасе. Вся аудитория видела, как пот лил по ее белому как мел лицу, на котором двигались только глазные яблоки. Отвечая, она едва шевелила губами. Руки судорожно вцепились в ручки кресла. Дыхание было очень осторожным и очень замедленным.

Когда все в аудитории убедились, что Мэри вышла из транса эмоционально потрясенная, я сказал ей: “Вернись в состояние транса, в очень глубокий транс и проясни интеллектуальную сторону эмоции”. Пробудившись, Мэри вытерла лицо и сказала: “Как хорошо, что все это случилось тридцать лет назад”. Мы все, конечно, заинтересовались, что же произошло тридцать лет назад.

Мэри рассказала: “Мы жили в предгорье и рядом на склоне горы было ущелье, расселина. Мама всегда меня предостерегала: “Не подходи к ущелью”. Как-то утром я отправилась гулять и совсем забыла о маминых словах. Я не заметила, как дошла до ущелья, и увидела, что через него перекинута железная труба диаметром сантиметров сорок. Все мамины предостережения вылетели у меня из головы, и я подумала, вот было бы здорово переползти по трубе на другую сторону на четвереньках, не отрывая от трубы глаз.

Мне показалось, что я уже почти у цели. Тогда я подняла глаза, чтобы посмотреть, далеко ли я от противоположной стороны. И тогда я увидела, какое это глубокое ущелье. Страшно глубокое. А я находилась на середине. И я застыла от ужаса. С полчаса я не могла пошевелиться и только думала, как же мне спастись. И, наконец, нашла выход. Очень осторожно, не отрывая глаз от трубы, я поползла назад, пока не почувствовала, что мои ноги коснулись твердой земли. Тогда я повернулась и бросилась бежать. Я спряталась в бамбуковой роще и долго не вылезала оттуда”.

“А дальше что было, Мэри?” — спросил я ее. “Это все. Больше ничего”, — ответила она. “Еще что-то было”, — сказал я. Мэри ответила: “Я не могу вспомнить.” “Продолжение послушаем на следующем занятии”.

Придя на следующее занятие, Мэри залилась краской. “Мне прямо стыдно вам об этом рассказывать, — сказала она. — Когда после часу ночи я вернулась к себе в Флэгстафф, я пошла к маме, на другой конец городка, разбудила ее и рассказала, как я ползла по той трубе через ущелье, и что, верно, она меня отшлепает. Мама ответила: “Не шлепать же тебя за то, что ты проделала тридцать лет тому назад!”

Мэри добавила: “Я попыталась уснуть, но у меня всю ночь болел зад и до сих пор болит. Видно, мне очень хотелось, чтобы меня выпороли, а мама этого не сделала. Лучше бы она меня отлупила, а то зад болит”.

“Еще что-нибудь расскажешь, Мэри?” — спросил я. “Нет уж, хватит с меня больной задницы”. “На следующем занятии расскажешь нам продолжение”, — сказал я. “Довольно. Больше ничего не будет”, — отрезала она. “Хорошо”, — заметил я.

Придя на следующее занятие, Мэри заявила: “Зад у меня больше не болит, вот и все продолжение, что я хотела рассказать”. “Нет, Мэри, ты можешь рассказать другую часть”, — возразил я. Мэри ответила: “Я не помню никакой другой части”.

Я сказал: “Я задам тебе вопрос, и тогда ты сможешь рассказать нам другую часть”. “Какой еще вопрос?” — спросила Мэри. “Очень просто, — ответил я. —

Как ты объяснила маме, что опоздала к обеду?" "А, этот! — ответила Мэри. — Да, я опоздала к обеду и рассказала маме, что меня захватила шайка разбойников и они заперли меня в огромной пещере с толстенной дубовой дверью и что я много часов подряд колотила руками в дверь. Я-то знала, что руки у меня не разбиты в кровь, вот и пришлось прятать их под столом. Я надеялась, что мама поверит в мой рассказ. Отчаянно надеялась. Маму, казалось, лишь слегка позабавила моя история о заперших меня в пещере разбойниках".

Я спросил: "А еще что?" "Нет, теперь все", — ответила Мэри. "Хорошо, продолжение расскажешь на следующем занятии", — сказал я. Мэри возразила: "Да нет больше никакого продолжения". "Есть", — ответил я.

Придя на следующее занятие, Мэри заявила: "Сколько я ни думала, у этой истории нет продолжения." "Хорошо, — сказал я. — Я снова задам тебе вопрос. Скажи-ка, Мэри, ты вернулась домой с парадного крыльца или черным ходом?" Мэри покраснела и ответила: "Я чувствовала, что очень провинилась, и пробралась в дом с заднего крыльца". Тут она выпрямилась и добавила: "Ой, я еще кое-что вспомнила! Вскоре после моей выходки в ущелье у мамы был сердечный приступ и ее забрали в больницу, а там ее кровать отгородили бамбуковой ширмой. Я сидела у маминой кровати и понимала, что ей стало плохо с сердцем из-за меня и в том, что мама чуть не умерла, виновата я. Какой виноватой я себя чувствовала! Ужасное, невероятное чувство вины. Может, именно поэтому я начала работать над своей докторской диссертацией, словно отчаянно пытаюсь отыскать это глубоко запрятанное воспоминание".

Я спросил: "А что было дальше, Мэри?" "Ничего", — ответила она.

Явившись на следующее занятие, Мэри сказала: "Доктор Эриксон, есть еще одна часть этой истории. Когда я вернулась после занятий во Флэгстафф, я испытывала такую безмерную вину за мамин сердечный приступ, что просто должна была рассказать ей о моем раскаянии и о том, что я все позабыла — и об ущелье, и о трубе, и о том, как она выписалась из больницы. Было уже начало второго ночи, я отправилась к ней, разбудила ее и все ей рассказала. "Знаешь, Мэри, когда ты была маленькая, я часто тебя фотографировала. Давай поднимемся на чердак, там хранится большая картонная коробка с твоими фотографиями. Я все собираюсь составить из них альбом".

Так они и сделали. А вот фотография маленькой Мэри в платье с рукавчиками-крылышками, стоящей возле той самой бамбуковой рощи. *(Эриксон показывает фотографию Кэрл, та, рассмотрев, передает ее студентке слева.)*

Если пациент усилием подавил какие-то воспоминания, это не значит, что он обо всем забыл. Иногда лучше откопать эти подавленные воспоминания, эти

жуткие воспоминания, дать выход чувствам, уму и моторике. Одними эмоциями историю не расскажешь. Если пробужден только разум — это словно прочитать чей-то рассказ в книжке. Ну, а какие-то телесные движения, вызванные воспоминанием, вообще ничего не говорят.

Вот так Мэри подарила мне эту фотографию. И прибавила: “Я стала заниматься психологией, чтобы попытаться выяснить, что меня гнетет в моих воспоминаниях. Меня не интересует психология как предмет. Я замужем и счастлива. У меня прекрасный муж, чудесный дом и славные детишки. И не нужна мне никакая степень”. Так в течение тридцати лет — а Мэри было уже 37 — ею управляло вот это глубоко загнанное внутрь переживание.

Занимаясь психотерапией, не пытайтесь раскопать все сразу. Начинайте с того, что ближе к поверхности.

Однажды жена одного зубного врача попросила ввести ее в транс и вернуть в раннее детство. Я попросил: “Подскажите мне год или событие”. “Пожалуй, вернемся к дню, когда мне исполнилось три года”, — предложила она.

Я перенес ее в это время, и она заявила, что ей три годика. В этот день ей устроили праздник, и я попросил описать, что происходило и что она сама делала в этот день. Она рассказала о праздничном торте, о своих маленьких друзьях, о том, что на ней было платье с аппликациями и что она каталась во дворе на своей лошадке.

Когда женщина пробудилась и прослушала пленку с рассказом о дне рождения, она засмеялась и сказала: “Что-то здесь не так. Ни один трехлетний ребенок не знает слово “аппликация”, я-то уж точно не знала такого слова в три года. А уж о катанье на лошади не может быть и речи — дворик у нас был крохотный, там и лошадь даже не уместилась бы. Чистый вымысел”.

Примерно месяц спустя она навестила свою мать и та сказала: “Конечно, ты знала слово “аппликация” в три года. Я сама шила тебе платья и все украшала аппликациями. Пойдем на чердак, и я покажу тебе фотографии, которые мы делали на каждом твоём дне рождения, там много и других снимков”.

Они отыскивали фотографии, сделанные когда ей было три года. На ней было платьице с аппликациями, и она каталась на лошадке во дворе. Жена дантиста заказала копии этих фотографий и подарила их мне. (*Эриксон показывает их группе.*) Вот платье с аппликациями, а вот лошадка.

Как люди взрослые, мы с ней поняли слово “лошадка” как “лошадь”. А у нее просто был трехколесный велосипед, похожий на лошадку. (*Эриксон смеется.*)

И вопреки ее взрослым представлениям, трехлетний ребенок знает слово “аппликация”. Платье с “аппликацией” тому доказательство.

Когда пациент говорит с вами на своем языке, не переводите сказанное на свой язык. Ее трехлетний ум вспомнил “лошадку”, а мы, взрослые, перевели это как “лошадь”.

Еще раз предупреждаю: слушая пациента своими ушами и переводя его мысли на свой лад, никогда не считайте, что вы его поняли до конца. Язык пациента своеобразен. Для трехлетки “лошадка” — это “лошадка”, а для шестидесятилетнего человека “лошадка” — это “лошадь”.

Будьте добры, который час?

Стью: Два часа пять минут. (*Стью — психоаналитик из Аризоны.*)

Эриксон: Я вам сейчас расскажу об одном клиническом случае. Пожалуй, даже о двух. Из первого вы поймете, что лечащий врач не играет абсолютно никакой роли. Однажды ко мне на прием пришел молодой адвокат из Висконсина. Это было около полудня в среду. Он рассказал о себе: “У меня в Висконсине практика, но нам с женой не подходит климат в тех местах. Нам хотелось бы переехать в Аризону и завести там детей. Я решил сдать экзамены на право открыть свою практику в Аризоне. Я пробовал пять раз и пять раз проваливался. Завтра, рано утром, я еду в Таксон, чтобы снова попытаться сдать экзамен”.

Стало быть, он появился у меня в среду, в полдень, и намеревался на следующее утро отправиться в Таксон, где он уже пять раз проваливался на экзаменах по праву. “Вы сказали, что хотите с женой переехать в Аризону и обзавестись там детьми?” “Совершенно верно”, — ответил он. “Я не знаю законодательства штата Аризона, — заметил я, — я лишь психиатр и в юриспруденции не разбираюсь, но я знаю, как проходят такие экзамены. Желающие получить лицензию юристы собираются в определенном помещении в Таксоне и отвечают на вопросы в письменном виде. Экзаменационные вопросы размножены на mimeографе. На столах будут стопки вопросников и тетради в синих обложках. Каждый претендент получает вопросник и тетрадь, находит себе удобное местечко, садится и пишет целый день с девяти утра до пяти вечера. В пятницу он точно так же начинает в девять утра и заканчивает в пять вечера. В субботу он получает новый список вопросов и пишет до пяти вечера. Вот и весь экзамен. Каждый день новый список вопросов и письменные ответы”.

Я ввел его в состояние глубокого транса и сказал: “Завтра утром вам нужно ехать на экзамены в Таксон. И вы говорите, что вам с женой хочется переехать в Аризону, что вам нравится там и не нравится в Висконсине. Так вот, вы вста-

нете рано утром и поедете на машине в Таксон, а по дороге (а это 150 миль с большим гаком) полюбуитесь на открывающиеся перед вами виды по обе стороны от шоссе. И вы будете наслаждаться природой Аризоны до самого Таксона. (Новое шоссе сократило дорогу до 125 миль.) В раннем утреннем свете пейзажи вам особенно понравятся.

В Таксоне вы, не задумываясь, найдете стоянку и поставите свою машину, оглядитесь вокруг и увидите здание. “Что это за здание?” — подумаете вы и все же войдете. Там будет много народа, старые и молодые, мужчины и женщины. Но вы не обратите на них внимания. Вы увидите стопку листов с вопросами, возьмете один экземпляр и тетрадь. Найдите себе удобное место для работы.

Вы прочитаете все вопросы и ничего не поймете. Потом вы еще раз прочитаете первый вопрос и кое-что начнет проясняться. Небольшой ручеек сведений закапает с вашего пера на синюю тетрадку. Прежде чем он успеет иссякнуть, подоспеет второй ручеек, за ним третий, и так далее. Когда все ручейки пересохнут, вы прочитаете второй вопрос. Вам он покажется достаточно понятным, и ваше перо опять побежит по бумаге. Когда из него уже нельзя будет выдавить ни капли информации, вы перейдете к следующему вопросу, и так до конца списка.

Вечером вы пойдете погулять по Таксону и все виды города будут вам нравиться: и те, что рядом, и те, что виднеются вдаль. Вы нагуляете отличный аппетит и с удовольствием поужинаете. Перед сном вы опять погуляете. Вам понравится синее небо Аризоны. А после прогулки вы крепко уснете. Вы проснетесь свежим, отдохнувшим, хорошо позавтракаете и отправитесь в то же здание и повторите все, как в четверг.

В пятницу вечером вы опять погуляете по Таксону, любуясь природой и нагуливая аппетит, и с удовольствием пообедаете. Перед сном вы опять выйдете полюбоваться синим небом Таксона и окружающими его горами. И крепко уснете, вернувшись с прогулки. Все повторится и в субботу”.

Год спустя ко мне в кабинет вошла беременная женщина, видно, на последнем месяце. Она назвала свою фамилию, и это была фамилия того адвоката. “Я отправляюсь в больницу рожать. Вы так помогли моему мужу, что я хочу рожать под гипнозом”. Я, правда, осторожно намекнул, что неплохо было бы обратиться ко мне немного пораньше.

Она очень быстро погрузилась в транс, и я ей сказал: “Отправляйтесь в больницу и во всем помогайте докторам, только предупредите их, что вы не хотите

никакого медикаментозного воздействия и никакой анестезии. Вы просто хотите попасть в операционное отделение и родить своего малыша. На столе вы думайте только о ребенке. Кто это будет — мальчик или девочка? Какой вес? Какой рост? Какого цвета волосы или совсем без волос родится? Подойдет ли ему имя, которое выбрали вы с мужем? Ожидая ребенка там на столе, радуйтесь вашему материнству и терпеливо ждите первого желанного крика малыша. Думайте о том, что рождение ребенка — это огромное счастье, как будет счастлив ваш муж и как вам славно будет жить в Аризоне”.

Так все и получилось. Она погрузилась в свои радостные мысли и вдруг к ней обратился акушер: “Миссис Х., вот ваш малыш”. И он поднял новорожденного мальчика.

Два года спустя эта женщина снова пришла ко мне. “Я запомнила, как вы тогда сказали, что мне надо было навестить вас раньше. Я отправляюсь в больницу через три дня и опять хочу рожать под гипнозом”.

“Хорошо, закройте глаза. Войдите в глубокий транс и сделайте все так же, как и в первый раз”. Я ее разбудил, и она ушла.

Еще до этого она рассказала, как ее муж решил вернуться домой после экзаменов в субботу вечером, чтобы иными глазами рассмотреть пейзажи Аризоны. По дороге туда у него создалось одно впечатление, он решил перепроверить его на обратном пути. (*Эриксон смеется.*)

Зигфрид: Я не совсем понял последнее предложение, повторите, пожалуйста.

Эриксон: Сдав экзамены, муж этой пациентки решил вернуться домой вечером, чтобы увидеть природу Аризоны с другой точки — в вечернем освещении.

У него даже не возникло мысли сообщить мне о своем успехе на экзаменах, ибо моя установка при работе с пациентами такова: у вас все получится, вы достигнете поставленной цели. И я абсолютно убежден в этом. Я держусь уверенно. Действую уверенно. Говорю уверенно, и пациент мне верит.

А многие терапевты говорят пациенту: “Надеюсь, что смогу вам помочь” — а у самих сомнение в голосе. У меня не было заметно ни малейшего сомнения, когда я сказал ей войти в транс. И в ее случае (*Эриксон указывает на Кэрл*) я ничуть не сомневался. Я был полностью уверен. Хороший врач всегда должен быть абсолютно уверен.

(*Эриксон смотрит в пол.*) После рождения первого ребенка адвокат пришел поблагодарить меня: “Вы так помогли моей жене. Мы так рады, что у нас ро-

дился мальчик. Но меня кое-что тревожит. Когда мой дед со стороны отца был в моем возрасте, у него обнаружилось заболевание позвоночника, оно стало хроническим и принесло ему много страданий. В таком же возрасте подобное заболевание развилось и у его брата. То же самое произошло и с моим отцом, у него постоянные боли в спине, и это мешает ему в работе. Такая же болезнь появилась и у моего старшего брата, когда ему исполнилось столько лет, сколько сейчас мне. А теперь и я начинаю ощущать эти боли”.

“Все понятно, — ответил я. — Я об этом позабочусь. Войдите в транс”. Когда он погрузился в глубокий транс, я сказал: “Никакие мои слова не помогут, если ваше заболевание органического происхождения или в позвоночнике есть какое-то патологическое изменение. Но если это психологическая, психосоматическая модель, унаследованная вами от деда, двоюродного деда, отца и брата, тогда вы должны знать, что такая боль у вас вовсе не обязательна. Это просто психосоматическая модель поведения”.

Адвокат явился ко мне через девять лет. “Помните, как вы меня лечили от боли в спине? С тех пор я о ней позабыл, но несколько недель назад появилось какое-то неприятное ощущение в позвоночнике, пока не очень сильное. Но я забеспокоился, памятуя о моих родном и двоюродном дедушках, отце и брате”.

Я ответил: “Девять лет — это большой срок. Вам нужно пройти рентгеновское и клиническое обследование. Я этим не занимаюсь, поэтому я направлю вас к своему знакомому коллеге, а он передаст мне результаты обследования и свои рекомендации”.

Мой друг Фрэнк сказал адвокату: “Вы занимаетесь юридической практикой, проводите весь день за своим столом и мало двигаетесь. Я вам порекомендую ряд упражнений, которыми вы должны заниматься ежедневно, если хотите, чтобы у вас не болела спина и было отличное общее самочувствие”.

Адвокат передал мне слова Фрэнка, я ввел его в транс и сказал: “Теперь вы будете выполнять все упражнения и правильно чередовать труд и отдых”.

Он мне позвонил через год и сказал: “Вы знаете, я чувствую себя гораздо моложе и здоровее, чем год назад. Я словно сбросил несколько лет, и спина не болит благодаря этим упражнениям”.

Теперь еще одна вещь, которую вам следует знать. У меня была одна легко внушаемая пациентка, она работала секретарем в фирме. Она позвонила мне и пожаловалась: “Во время менструации у меня бывают очень болезненные спазмы. У меня как раз начинается цикл и дико болит в нижней правой части живота. Вы не могли бы обезболить эти спазмы?”

Я ввел ее в транс по телефону и сказал: “Вы рассказали мне в бодрствующем состоянии о менструальных болях и хотите избавиться от них. Запомните, что отныне у вас не будет никаких болей во время цикла. У вас больше не будет менструальных спазмов”. Я особо подчеркнул слова “менструальная боль”, “менструальные спазмы”. “Сейчас проснитесь”. Она проснулась и сказала: “Спасибо, боль совсем прошла”. “Вот и хорошо”, — ответил я.

Минут через двадцать она позвонила и сказала: “Анестезия кончилась. Опять болит”. Я ответил: “Погрузитесь в транс и внимательно слушайте. Я внушаю вам гипнотическое обезболивание менструальных спазмов и менструальных болей любого характера. Просыпайтесь, боли нет”. Она проснулась и сказала: “Вот теперь отличная анестезия. Большое спасибо”.

Через полчаса снова звонит: “Боли опять вернулись”. Тогда я сказал: “Ваше тело гораздо умнее вас. У вас не менструальные боли. От них вы получили гипнотическое обезболивание. Но любой доктор знает, что острый аппендицит дает боли, похожие на менструальные. Я говорил о менструальных болях, но не упоминал об аппендиците. Звоните своему хирургу”. Что она и сделала. Ее немедленно положили в больницу и наутро прооперировали по поводу аппендицита.

Ваше тело знает о вас гораздо больше, чем вы сами. Поэтому, когда вы занимаетесь с пациентом, имейте четкое представление о том, что внушать. Не давайте общих установок. Допустим, я лечу головную боль, тогда установка будет на устранение “безобидной головной боли”. Но если ее причиной является опухоль мозга, никакое внушение не поможет. Так и в случае с аппендицитом: можно внушить гипнотическое обезболивание, но диагноз, на который оно ориентировано, — менструальные спазмы или еще что-нибудь. Так что, когда вы имеете дело с органическим заболеванием, знайте, что внушать.

Вернемся к нашему адвокату. Мне потребовалось всего лишь заставить его думать об Аризоне как о чудесном крае, где приятно жить, и о том, что сдать экзамен для него ерундовое дело. Не о чем беспокоиться и нечего бояться. Пиши себе понемногу, что вспомнишь. Это всякому под силу. Я помог таким образом многим юристам и медикам, внушив им душевное спокойствие и уверенность в своих силах.

Одна моя пациентка раз за разом проваливалась на защите своей докторской диссертации. Комиссия не сомневалась в ее подготовленности, но женщину каждый раз охватывал такой панический страх, что у нее все вылетало из головы. Я пригласил ее на свое занятие, где рассказывал об уже знакомом нам адвокате, и она погрузилась в транс. Когда занятие окончилось, она проснулась. Мы распрощались, и она уехала домой, в свой штат. Через месяц я полу-

чил от нее письмо. “Я с отличием защитила свою докторскую диссертацию, — писала она. — Что вы со мной сделали?” (*Эриксон смеется.*) Да ничего я не сделал, рассказал только об адвокате.

Теперь послушайте, что я вам расскажу. А вы сделайте свои выводы в соответствии с тем, как каждый из вас поймет мой рассказ. Когда я говорил, как адвокат восхищался чудесными пейзажами Аризоны (*обращается к Кристине*), ты подумала о чудесной (*wunderbar*) природе Германии, а это две разные вещи.

Как получить сведения о пациенте? Надо начать с ним непринужденную беседу. Расскажите о ваших годах учебы в колледже. Я лично учился в Висконсинском университете. Каждый из вас тут же подумал о своем университете. Начни я говорить о Миссисипи, наш немецкий друг сразу же вспомнил бы Рейн. Мы всегда переводим чужие слова на свой язык.

Итак, в 1972 году ко мне в дверь позвонила красивая замужняя тридцатипятилетняя женщина. Войдя в кабинет, она рассказала о своих затруднениях: “Доктор Эриксон, мой начальник приказал мне отправиться в четверг самолетом в Даллас, штат Техас, и вернуться самолетом же в субботу. И еще он добавил: “Либо ты летишь туда и обратно, либо прощайся с работой”” Доктор Эриксон, я программист по профессии и настраивала компьютеры по всей стране.

В 1962 году, десять лет назад, я попала в авиакатастрофу. К счастью, самолет практически не пострадал и все пассажиры остались целы. В течение следующих пяти лет мне довелось летать из Феникса в Бостон, Нью-Йорк, Новый Орлеан, Даллас и во многие другие города. Но с каждым разом мне становилось в воздухе все страшнее и страшнее. Я дошла до того, что меня начинало всю трясти. (*Эриксон показывает.*) Я сидела в самолете с закрытыми глазами, не слышала, что говорит мне муж. Когда самолет приземлялся в месте назначения, у меня вся одежда была влажная от пота. Мне было так плохо, что, прежде чем приступить к работе, я ложилась в постель и часов восемь спала. Я стала ездить в командировки поездом, автобусом или на машине. У меня какая-то странная фобия. Я спокойно сажусь в самолет, спокойно держусь, пока самолет вырывается на полосу и разгоняется, но стоит ему оторваться от земли, меня начинает бить дрожь и я умираю от страха. Я абсолютно успокаиваюсь во время промежуточных посадок, стоит самолету коснуться земли”.

Итак, стала я пользоваться машинами, автобусами и поездами. В конце концов, моему боссу надоело, что я использовала на поездки свое отпускное время, и время на больничном листе, и дни за свой счет, чтобы уложиться в сроки. Сегодня утром он заявил: “Либо летишь в Даллас, либо теряешь работу”. Я люблю свою работу и не хочу ее потерять”.

Я спросил: “А как вы хотите чтобы я вылечил вашу фобию?” “Гипнозом”, — ответила она. “Я не знаю, легко ли вы поддаетесь гипнозу. Мне надо вас проверить”.

Она оказалась прекрасной пациенткой. Я ее разбудил и сказал: “Вы хорошо поддаетесь внушению. Мне нужно самому увидеть ваше состояние в полете. Я погружу вас в транс, и вы представите себя в реактивном лайнере на высоте 35.000 футов”. Я просто ужаснулся, когда увидел, как ее колотит, и тут же велел ей представить, что самолет приземлился.

“Прежде чем вам помочь, — начал я, — я хочу, чтобы вы поняли одну вещь. Для своих лет вы весьма красивая женщина. А я — мужчина. И хотя я передвигаюсь в инвалидной коляске, вы не знаете, в какой мере я зависим от своей болезни. Я хочу, чтобы вы пообещали мне выполнить любую мою просьбу, будь она хорошая или плохая. И помните, что вы — привлекательная женщина, а я — мужчина и вы не знаете моих физических возможностей. Дайте мне безоговорочное обещание выполнить любую мою просьбу, хорошую или плохую”.

Минут пять она раздумывала и, наконец, ответила: “О чем бы вы меня ни попросили и что бы вы со мной ни делали, хуже моей фобии ничего быть не может”. “Хорошо, — сказал я. — Сейчас я введу вас в транс, и вы повторите свое обещание”.

Она немедленно повторила свое обещание под гипнозом. Я ее разбудил и сказал: “Вы дали мне безоговорочное обещание и наяву, и под гипнозом.

Теперь я могу вылечить вас. Засните и представьте, что вы на высоте 35.000 футов и летите со скоростью 650 миль в час”.

Она страшно задрожала, согнулась и уткнула голову в колени. “А сейчас вообразите, что самолет опускается, и в тот момент, когда он коснется земли, все ваши страхи и фобии, тревоги и терзающие вас бесы соскользнут с вас на сидение”. Она все так и представила, проснулась — и вдруг с криком: “Они там! Они там!” (*Эриксон показывает на зеленое кресло*) — выскочила из кресла и отлетела к противоположной стене комнаты.

Я позвал миссис Эриксон и сказал: “Бетти, сядь в это кресло”. (*Эриксон показывает.*) Но пациентка стала ее умолять: “Пожалуйста, миссис Эриксон, не садитесь в это кресло”. Но миссис Эриксон направилась к креслу, и тогда пациентка буквально вцепилась в Бетти и не дала ей сесть. Я отпустил Бетти и повернулся к пациентке: “Лечение окончено. Счастливого полета в Даллас и обратно в Феникс. Позвоните мне из аэропорта и расскажите, как вам понравилось путешествие”.

Когда она ушла, я попросил дочь сфотографировать кресло с передержкой, недодержкой и нормально. Каждый снимок я положил в отдельный конверт. На передержанном снимке я написал: “Место вечного упокоения ваших фобий, страхов, тревог и терзающих бесов, медленно опускающихся в забвение вечного мрака”. На недодержанной фотографии я сделал надпись: “Место вечного упокоения ваших страхов, полностью растворившихся в космическом пространстве”. А на третьей, нормальной, написал: “Место вечного упокоения ваших фобий, страхов и тревог”.

Все три конверта я отправил моей пациентке. Она получила их в среду утром. В субботу раздался звонок и восторженным голосом она сообщила: “Это было великолепно. Просто чудо какое-то. Самое прекрасное путешествие в жизни!” “Не согласитесь ли вы, — попросил я, — рассказать ваш случай четырем моим студентам, которых я готовлю к докторской диссертации по философии?” “Конечно”, — ответила она. Я попросил ее прийти к восьми утра.

Ровно в восемь она пришла ко мне со своим мужем. Пройдя как можно дальше от кресла, она уселась в другом конце комнаты. Минут через пять подошли мои ученики, и один из них хотел было сесть в зеленое кресло, но моя пациентка воскликнула: “Ради Бога, не садитесь в это кресло!”

“Да я в нем не раз сидел, — возразил студент, — удобное кресло, почему бы и сейчас не сесть?” Но пациентка снова взмолилась: “Нет-нет, пожалуйста, ни в коем случае!” “Раз такое дело, посижу на полу, это для меня не впервой. Вас так устроит?” — ответил студент. “Да, я вам очень благодарна”.

Затем она рассказала о своем случае и о полученных от меня фотографиях. “Я взяла эти фотографии с собой как талисман, на счастье. На первом отрезке пути до Эль Пасо я чувствовала себя спокойно и все ждала, когда же начнется моя воздушная трясучка. Остановка в Эль Пасо заняла двадцать минут. Выйдя из самолета, я добралась до аэропорта, нашла там укромное местечко и вошла в транс.

Я повторяла себе: “Доктор Эриксон велел тебе наслаждаться полетом. Делай так, как сказал доктор Эриксон”. Я вернулась на посадку, и перелет из Эль Пасо в Даллас прошел чудесно. На обратном пути из Далласа я вместе с другими пассажирами любовалась раскинувшимся внизу покрывалом с появляющимися там и сям просветами, в которые была видна земля. Путешествие было сказочно прекрасное”.

Я сказал: “Сейчас я хочу, чтобы вы немедленно вошли в транс”. Ее реакция была моментальной, тогда я сказал: “Сейчас, под гипнозом, вы отправитесь на аэродром Феникса, купите билет до Сан-Франциско и по дороге будете любо-

ваться пейзажами, особенно горными. Прибыв в Сан-Франциско, вы возьмете напрокат автомобиль и поедете к мосту Золотые ворота. Поставьте машину у въезда на мост, дойдите пешком до середины моста и посмотрите вниз”.

“Я вам немного расскажу об истории этого моста. Мост держится на опорах высотой 740 футов (около 25 метров. — *Прим. перев.*). Когда строительство было окончено и на мосту оставались только заканчивавшие свою работу маляры, один из них приспособил к концу длинного шеста рыболовную сеть и с ее помощью стал ловить чаек и красить им головы в красный цвет. А вскоре какой-то предприимчивый газетчик опубликовал сообщение о новом виде красноголовых чаек. Его фамилия была Джейк. Это подлинная история”.

“Итак, вы наблюдаете за волнами внизу с их пенящимися гребнями и любуетесь на чаек. Но в этот миг глубокий туман окутывает мост и видимость исчезает. Вы возвращаетесь к автомобилю и летите самолетом обратно в Феникс, а из аэропорта приезжаете прямо сюда”.

Она быстро пробудилась и, обращаясь к студентам, сказала: “Я должна вам рассказать о своем путешествии в Сан-Франциско и об этом негодяе Джейке”. “Я знал, что ей эта история не понравится”, — заметил ее муж. Моя пациентка принадлежала к ревностным радетелям за экологию. (*Эриксон смеется.*) Закончив свой рассказ, она добавила: “Я сюда приехала прямо с аэродрома. Бог мой, да ведь все это было со мной во сне! На самом деле ни в каком Сан-Франциско я не была. Это я в трансе думала, что отправилась туда”.

Тогда я задал ей важный вопрос: “А какие еще сложности были у вас во время поездки в Даллас?” — “Никаких, кроме моей авиафобии”. “Нет, у вас еще была проблема, — возразил я, — и очень серьезная. Я не знаю, давно ли вы от этого страдаете. Но теперь вы от нее отделались. А сейчас расскажите студентам об этой проблеме”. В ответ она искренне удивилась: “Да нет у меня больше никаких проблем. Ничего подобного”. “Действительно, сейчас у вас нет никаких проблем, — ответил я, — но в Далласе вы решили еще одну проблему. Что это было?” “Вам придется самому объяснить”, — ответила она. “Нет, я сейчас задам вам один вопрос и вы все поймете”.

Но сначала я хочу спросить у присутствующих, каковы ее проблемы? (*Пауза.*) Хочу сказать заранее, что этих проблем три. И все серьезно осложняли ей жизнь. Что же это? (*Пауза.*)

Даю подсказку. Никакой аэрофобии у нее не было. (*Эриксон смеется.*) Это она себе придумала. Я внимательно ее выслушал и передал вам самое важное из ее рассказа. (*Пауза.*)

Так, не можете разгадать загадку? Верно, надо еще подучиться. Однако среди моих учеников, которым я раньше рассказывал этот случай, находились такие, которые довольно легко разгадывали по крайней мере одну загадку. (*Пауза.*)

Не кричите все сразу, давайте по очереди. (*Эриксон смеется. Пауза.*)

Санда: Она боялась мужчин.

Эриксон: Джон, не подсказывай, говори сам.

Анна: Может, у нее были проблемы с боссом на работе?

Эриксон отрицательно качает головой.

Зигфрид: Возможно, она боялась добиться слишком больших успехов на работе?

Эриксон (отрицательно качает головой): Я ей сказал: “Вы избавились еще от одной проблемы. Что это за проблема? Я задам вам простой вопрос: с чего вы начали свое пребывание в Далласе?”

“А, вы об этом, — сказала она. — Я отправилась к зданию фирмы, куда меня командировали, и поднялась прямо с первого на сороковой этаж”. “А раньше как вы поднимались в лифте?” — спросил я. “Обычно я выходила на втором этаже, пересаживалась в другой лифт и поднималась до третьего этажа, выходила, дожидалась лифта и поднималась на пятый этаж. Каждый раз один-два этажа. Я так привыкла, что и не считала это проблемой”.

Анна: Боязнь высоты?

Эриксон (отрицательно качает головой): Она же сказала: “Я могу сесть в самолет. Нормально чувствую, когда он вырывается на взлетную полосу и берет разбег. Но лишь только он отрывается от земли, начинается моя трясучка”. У нее страх закрытого пространства, где нет никакой видимой опоры. Самолет — закрытое пространство без всякой опоры, то же относится и к лифту.

Я ее спросил, какая у нее еще была проблема. Она ответила: “Я лично такой проблемы не знаю, но если вы так спрашиваете, значит, она была”. — “Она у вас действительно была, теперь мы ее устранили. Отказавшись от воздушного транспорта, вы стали ездить на машине, на автобусе и поезде. В поезде все было в порядке. А вот если машине или автобусу приходилось проезжать по подвесному мосту, да еще длинному, что тогда с вами происходило?” “А, вот вы о чем, — ответила пациентка. — Я прижималась к полу, закрывала глаза и

дрожала. Обычно я спрашивала кого-нибудь из пассажиров: “Мы уже переехали через мост?” Мои студенты поняли, зачем я велел ей во сне отправиться в Сан-Франциско и пройти по мосту.

Теперь мою пациентку с самолета не стащишь. Во время отпуска они с мужем излетали вдоль и поперек всю Австралию. Она то и дело летает в Рим, Лондон и Париж. Она даже не любит в отелях останавливаться. Предпочитает спать и питаться в самолете. И все время возит с собой те три фотографии, а кресла этого все так же боится. *(Эриксон со смехом указывает на кресло.)*

А вы просто невнимательно слушали. У нее не было боязни самолетов. Она же говорила: “В самолете мне удобно, но когда он взлетает, я начинаю трястись”. Мне было ясно, что, когда самолет взлетает, он превращается в закрытое пространство без видимой опоры. Это же относится к лифту. Та же картина с автобусом на подвесном мосту, опоры которого не видны ни справа, ни слева. *(Эриксон жестикулирует рукой вправо и влево.)* Вы подвешены в воздухе. В поезде она слышит перестук колес по рельсам, звуковое свидетельство наличия опоры, поэтому в купе поезда ей не страшно. Она слышит внешнюю опору.

Интересно, как вам запомнится этот рассказ хотя бы через год. Я не раз рассказывал его и, бывает, год спустя уже слышу его от моих студентов с разными вариациями. *(Эриксон смеется.)* Пациентка иногда становится пациентом. Это оттого, что, слушая меня, каждый переводит услышанное на свой язык.

Стоит мне произнести “Висконсинский университет”, как каждый из вас подумает о своем учебном заведении. Если я скажу, что родился в горах Сьерра Невада, каждый вспомнит о своем родном месте. Стану говорить о своих сестрах, вы подумаете о своих, если они есть, или о том, что их у вас нет. Каждое слово отзывается в человеке в зависимости от его жизненного опыта. Вот о чем должен помнить врач.

А теперь, кто из вас был здесь раньше? Кому приходилось здесь бывать? *(Одна женщина поднимает руку.)*

Эриксон: Вы были? Давно?

Санда: Семь месяцев тому назад.

Эриксон: Тогда не выдавай меня. Кто из вас верит в лампу Алладина?

Анна: В лампу Алладина?

Эриксон: Признавайтесь, кто верит? Лампа Алладина у меня. Стоило ему погладить лампу, как появлялся дух. Только у меня модернизированная лампа, я включаю штепсель в розетку — и дух тут как тут, он женского рода и очень дружелюбный. Я вас с ней познакомлю, она любит улыбнуться, подмигнуть и одарить поцелуем. Это — мой личный дух, так и знайте.

О, я совсем забыл, что миссис Эриксон сейчас нет дома, а то бы я ее позвал и познакомил вас с моим духом. (*Эриксон обращается к Анне.*) Ты вот мне не веришь. И не веришь в моего графа Дракулу.

Анна: Да нет, верю.

Эриксон: Постарайся не оказаться здесь в полночь, а то лишишься некоторой толики крови.

Вот еще что хочу вам сказать. Преподавание, лечение невозможны без юмора. У пациентов и так много горя и печали, и надо хоть немного снять с них эту тяжесть. Постарайтесь поднять у них настроение.

Будь добра, найди там одну открытку. (*Эриксон указывает на стопку бумаг справа от него. Кристина ищет нужную открытку.*) Вон та, черного цвета.

Я сейчас ее пушу по рукам, чтобы все могли прочитать. Открытку прислала мне моя дочь Бетти Элис, когда она училась в колледже. В нашей родне было так заведено, когда кто-нибудь из Эриксонов получал интересную открытку, он зачеркивал имя отправителя и посылал ее еще кому-нибудь. Например, моя сестра прислала открытку моей жене в день рождения. Жена зачеркнула имя моей сестры и послала ее еще кому-то из родственников. Сестра была тридцать пятым адресатом.

(*Эриксон передает открытку сидящей слева от него Кэрол.*) Прочитай все, что написано сверху, а потом разверни и прочитай внутри. (*Кэрол улыбается. Эриксон берет у нее открытку и передает следующей женщине.*) Прочитайте и представьте, как это подействует на удрученного пациента. (*Все по очереди читают. На передней стороне открытки написано: "Когда перестанешь думать о всех неразгаданных тайнах вселенной... разве это не приводит к ощущению собственной брэнности и ничтожности?" Слова на развороте: "...меня нет".*)

(*Эриксон обращается к Кристине.*) Эту открытку я даю читать унылым пациентам. (*Эриксон смеется.*) Всем своим студентам я напоминаю: если их интересуют индийские драгоценности, единственное место, где они не зря потратят свои деньги, это Музей Херда на Центральной Авеню. Там вам продадут

подлинные индийские украшения. В других магазинах вам подсунут фальшивую или восстановленную бирюзу, фальшивое серебро и золото. Музей Херда предложит вам подлинные изделия. Туда стоит наведаться.

Советую прогуляться до Глендейл Авеню, это три четверти мили отсюда, не больше, и свернуть на Линкольн Драйв. Глендейл Авеню поворачивает на Линкольн Дайв. Это шоссе бежит за пределы Феникса в его пригород — Скоттсдейл. Вскоре, в районе 24-й улицы, вам встретится парк под названием Парк Пика Скво. Поставьте машину поблизости и поднимитесь на вершину Пика Скво.

Я считаю, что и пациенты, и студенты должны быть деятельными, больше узнавать, лучше запоминать. Взобравшись на гору, вы не пожалеете о затраченных усилиях. Только поднимайтесь не в дневное жаркое время, а лучше на рассвете, или после заката солнца, или в полночь — и перед вами откроется незабываемый вид.

Высота пика 1.100 футов (330 метров. — *Прим. перев.*), а длина подъема полторы мили. Рекордное время подъема — 15 минут и 10 секунд. У одного моего студента еще с детства была заветная мечта взобраться на трехкилометровую гору, так он влез на Пик Скво десять раз подряд. Каждый подъем занял у него в среднем 23 минуты. Жена добирается до вершины за полтора часа. Сын не спеша взбирается за 43 минуты. Советую начать подъем перед самым восходом солнца. Усилие стоит того.

Еще вам обязательно надо побывать в Ботаническом саду.

Анна: В Фениксе?

Эриксон: В Фениксе. У нас великолепный Ботанический сад. Особое внимание следует там обратить на два экспоната. Там есть дерево “Буджам”. Помните, в “Акульей охоте”? Дерево “Буджам”, вот оно, настоящее дерево “Буджам”**.

Анна: Я видела его в Ботаническом саду в Таксоне.

Эриксон: Это дерево вас озадачит. Умом вы будете знать, что это дерево, но с трудом поверите своим глазам.

Анна: Это словно репа вверх ногами.

*Название “Буджам” дерево впервые получило в 1922 году. Английский ботаник Годффри Сайкс, видимо, читал о волшебном дереве Буджам в шуточной поэме Льюиса Керрола “Акуля охота”. Говорят, что, когда он впервые увидел дерево в подозрную трубу, он воскликнул: “Хо-хо! Это же Буджам. Без сомнения, Буджам. — *Примеч. редактора английского текста.*

Эриксон: Пусть они сами посмотрят. Там еще есть Ползучие Черти. Они рядом с деревьями Буджам. Вы их сразу узнаете. И дорогу спрашивать не надо. Ползучие Черти вызовут у вас уважительный трепет. Итак, встречаемся завтра в полдень.

Сейчас я отправляюсь к себе домой, выпью водички и лягу спать. Утром проснусь, оденусь и еще посплю до полудня. Сил у меня маловато. Давайте-ка, снимайте с меня насекомых. *(Смех.)*

(Эриксон указывает на микрофоны-жучки, которыми обвешали его студенты.)

ВТОРНИК

(Эриксон начинает занятие с того, что дает анкету для заполнения новому студенту. Затем, обращаясь к Кристине, он замечает, что двух его внучек зовут Кристинами.)

Кристина: Это довольно необычно, назвать обеих одним и тем же именем.

Эриксон: Теперь я хочу, чтобы вы сели в другом порядке. (Обращаясь к Розе.) Смотрите, как она уворачивается от моего взгляда. (Обращаясь прямо к Розе.) Потому что пришла твоя очередь.

(Эриксон пересаживает Розу в зеленое кресло. Она говорит по-английски слегка запинаясь.) *Пыталась улизнуть от моих глаз?*

Роза: Нет, у меня зрение неважное. Дальнозоркость. (Пауза.)

Эриксон (Кладет слева от себя на сидение коляски игрушечного пурпурного осьминога, сделанного из пушистой пряжи.): В юности мы охотно познаем. Но с возрастом налагаем на себя все больше ограничений. Хочу проиллюстрировать вам эту мысль. (Наклоняется влево. Роза склоняется ближе к Эриксону.)

Семь. Десять. Один. Пять. Два. Четыре. Шесть. Три. Восемь. Девять. (Эриксон обращается к группе.) Что я сейчас сделал?

Анна: Посчитали наоборот.

Зигфрид: Назвали числа.

Эриксон: Я повторяю. Девять. Пять. Три. Шесть. Два. Один. Семь. Десять. Восемь. (Пауза.) Кто из вас слышал, как дети считают на пальцах от единицы до

десяти? Четыре. Семь. Десять. Восемь. Три. Пять. Два. Один. Семь. (*В лад счету Эриксон по очереди загибает пальцы на руках.*) Чтобы научиться считать от единицы до десяти, ребенку потребуется еще много времени. Сначала он запоминает название чисел, узнает понятие счета до десяти, но еще не знает правильной последовательности чисел.

(*Обращается к Розе.*) Скажи-ка, сколько у тебя пальцев?

Роза: Двадцать. Десять сверху и десять внизу.

Эриксон: Выпрями ноги. Положи руки на колени. Как ты думаешь, будет разница, если ты посчитаешь отсюда сюда? (*Эриксон указывает направление слева направо на ее руках.*)

Роза: У меня?

Эриксон: Будет разница?

Роза: Нет.

Эриксон: А если ты посчитаешь оттуда сюда (*Показывает справа налево*), результат будет такой же?

Роза: Да. (*С легкой заминкой.*) Всегда будет десять.

Эриксон: Если ты сложишь число пальцев на одной руке с числом на другой (*Указывает на ее правую и левую руки*), ответ будет правильный?

Роза: Пять плюс пять?

Эриксон: Я просто задал вопрос. Если ты сложишь пальцы одной руки с пальцами другой (*Показывает свои левую и правую руки*), ответ будет правильный?

Роза: Вы спросили, если я сложу эти и эти пальцы, какой будет правильный ответ? Десять. (*Она указывает на свою левую и правую руки.*)

Эриксон: Ты уверена?

Роза: Подождите, дайте подумать... Во всяком случае, я так считала до сих пор. (*Смеется.*)

Эриксон (Смеется): Так говоришь, у тебя десять пальцев.

Роза: Да.

Эриксон: А я думаю — одиннадцать.

Роза: Одиннадцать. О'кей, я вам верю. *(Сама отрицательно качает головой.)*

Эриксон: Значит, веришь? *(Смех.)*

Роза: Конечно. Правда, вижу только десять.

Эриксон: Придвинь свое кресло поближе.

Роза *(Пододвигает кресло ближе к Эриксону.)*

Эриксон: Ну-ка, сосчитай их.

Роза: Один. Два. Три...

Эриксон: Нет, я буду указывать на пальцы, а ты считай. *(Эриксон указывает.)*

Роза: Один, два, три, четыре, пять, шесть, семь, восемь, девять, десять.

Эриксон: Это ты так считаешь. Мы уже договорились, что как их ни считай, отсюда или оттуда, разницы нет. *(Эриксон показывает на пальцы на руках слева направо и справа налево.)* Ты согласилась, что если эти прибавить к этим *(Эриксон указывает на пальцы левой и правой рук)*, то получится правильное число.

Роза: Правильное число.

Эриксон: Теперь буду считать я. Десять, девять, восемь, семь, шесть *(Считает пальцы на ее левой руке, а затем указывает на правую.)*, и здесь пять — получается одиннадцать. *(Все смеются.)*

Роза: А ведь верно. Теперь могу хвастаться, что у меня одиннадцать пальцев.

Эриксон: А ты можешь отличить правую руку от левой?

Роза: Говорят, что вот эта — правая. *(Показывает правую руку.)*

Эриксон: А ты так и поверила?

Роза: Поверила.

Эриксон: Спрячь эту руку за спину. (*Роза прячет за спину левую руку.*) Ну, какая рука осталась*? (*Эриксон смеется.*)

Роза: Это шутка.

Эриксон: Но это отличная методика для работы с детьми.

Роза: Это по-английски получается, а по-итальянски — нет.

Эриксон: Почему?

Роза: Потому что слово “левый” по-итальянский не имеет двух значений. У него нет значения “оставшийся”. Нужны два разных слова, так что на другом языке шутка не получится. Очень жаль.

Эриксон: Хочешь сказать, что у англичан осталась (left) одна правая рука, она же левая (left).

Роза: Что?

Эриксон: Хочешь сказать, что у англичан правая рука может быть и левой. (*Смех.*)

Роза: Да.

Эриксон (С улыбкой качает головой): Ох, уж эти национальные различия. Просто диву даешься.

Ну, хорошо. Вчера я подчеркнул, как важно понять слова пациента, и понять правильно. Не надо переводить его слова на свой язык. Вот мы только что с ней продемонстрировали, что у англичан правая рука может оказаться левой. Но такого не может случиться с итальянцами.

В каждом языке слова многозначны. У слова “бежать” (run), например, 142 значения.

Зигфрид: Бежать?

Эриксон: Да, “бежать”. Например “функционировать” (о правительстве), “везти” (о картах), “спустить петлю” (о чулках). Дорога “бежит” в гору и под гору, сама оставаясь на месте. Сто сорок два значения лишь у одного слова.

*Игра слов: “Left” имеет значение “левый” и “оставшийся”.

В немецком языке один порядок слов в предложении, у англичан иной. Вы должны знать языковые навыки своих пациентов. Каждый из нас говорит и понимает по-своему.

Однажды меня пригласили выступить перед Медицинским обществом Сан-Луиса. Я был гостем президента общества и его жены. Хозяйка сказала мне: “Доктор Эриксон, я хочу угостить вас праздничным обедом и приготовить ваше любимое блюдо”. “Я большой любитель мяса и картошки, как бы их ни приготовили. Отварите картошечки, если можно. А уж если хотите меня побаловать, то сделайте немного молочной похлебки”.

(Спрашивает у студентов.) Знаете, что такое молочная похлебка? (Ответы: “Нет”.) Надо разбавить молоком немного муки и прокипятить. Очень вкусно получается.

Как только я произнес: “Если хотите меня побаловать, угостите молочной похлебкой”, ее муж повалился от смеха на диван, а жену словно удар хватил, она застыла с пылающим лицом. Муж никак не мог уняться, заливаясь смехом. Наконец, он совладал с собой и объяснил: “Вот уже двадцать пять лет я прошу, я умоляю ее приготовить мне молочную похлебку, но она неизменно отвечает: “Молочная похлебка — это еда бедняков, белых отбросов Юга”. Ну уж полакомлюсь я молочной похлебкой сегодня вечером!” *(Все смеются.)*

Хозяин и я, мы оба выросли на ферме и оба знали, как это вкусно. А она выросла в городе, где только бедняки ели молочную похлебку.

Вот приходят к вам пациенты и рассказывают о своих проблемах. Как вы думаете, они говорят о действительных проблемах или о том, как они им представляются? А может, проблемы становятся таковыми потому, что пациенты воспринимают их как проблемы?

Одна мамаша привела ко мне на консультацию одиннадцатилетнюю дочь. Как только я услышал слова “ночное недержание мочи”, я тут же выпроводил мамашу из кабинета и выслушал девочку. Это была высокая, белокурая и очень хорошенькая девочка.

Она рассказала, что где-то в месячном возрасте у нее началось инфекционное заболевание мочевого пузыря. Болезнью занялся уролог. Болезнь тянулась не дни, не недели, не месяцы, а годы. И все это время ей регулярно делали цистоскопию. С помощью специального зонда с лампочкой на конце, вводимого через мочевой пузырь, ей исследовали обе почечные лоханки и обе почки. Очаг инфекции был обнаружен в одной из почек, была сделана операция, и она выздоровела. Но эта бесконечная цистоскопия... Надеюсь, вы знаете это слово? Знаете? *(Спрашивает у Розы.)* Знаешь, что такое цистоскоп? Сфинктер

мочевого пузыря был настолько растянут, что, стоило ей расслабиться во сне, как происходило мочеиспускание. В бодрствующем состоянии ей приходилось собирать все силы, чтобы сдерживаться, но стоило ей рассмеяться или расслабиться, как штанишки становились мокрыми.

Ей было уже одиннадцать, прошло несколько лет после выздоровления, родители потеряли терпение. По их мнению, ей следовало научиться управлять собой, а не мочить постель каждую ночь. У девочки были три младшие сестренки, которые смеялись над ней и давали ей гадкие прозвища. О ее болезни знали соседи и все дети в школе, где она училась. Дети старались ее рассмешить, а потом издевались над ней, зная, что она обмочилась. Жизнь у нее была несладкая. Я просил, не водили ли ее к какому-нибудь другому доктору, а она ответила, что она им счет потеряла, а уж таблеток и микстур проглотила, наверное, целую бочку. Ничто не помогло. И, наконец, мама привела ее ко мне.

Как бы ты взялась за ее лечение? (*Эриксон смотрит на Розу.*)

Роза: Как я? (*Эриксон кивает.*) Я бы собрала всю семью: отца, мать, сестер. Встретилась бы со всей семьей сразу.

Эриксон: Семейная терапия. (*Смотрит на Кэрол.*) А ты как бы поступила? (*Пауза.*) Что сделал бы каждый из вас? Не кричите все сразу.

Анна: Я бы сначала проверила физиологию, нет ли какого повреждения на этом уровне. Получив информацию, я бы приступила к семейной терапии, индивидуальной терапии, выяснила, в какой мере недержание зависит от самой девочки.

Эриксон: Сколько времени ты собираешься ее лечить?

Анна: Сколько? Надо сначала разобраться с семьей, выяснить, что да как, тогда можно определить... Скорее всего, дело не столько в девочке, сколько в ее семье.

Эриксон: Кто еще?

Кэрол: Я попробую гипноз.

Эриксон: И что же ты ей скажешь?

Кэрол: Пожалуй, я попробую сосредоточиться больше на том моменте, когда недержание возникает во время смеха, чем на внушении самоконтроля. Попробую с этой стороны.

Эриксон: А чем, ты думаешь, она была занята последние четыре года, если не этим самым самоконтролем?

Дан: А что если вернуть ее в тот возраст, когда у ребенка вырабатываются гигиенические навыки, и научить ее заново? Сам я гипнозом не занимаюсь, но первое, что мелькнуло у меня в уме, это послать ее к вам. (Смех.)

Джейн: (Джейн — врач из Нью-Йорка.) Я бы выяснила, нельзя ли укрепить сфинктер.

Эриксон: Как бы ты это сделала?

Джейн: Посоветовалась бы со специалистом и выяснила, возможно ли это. Может, есть специальные упражнения. Или направила бы девочку к физиотерапевту, который научил бы ее управлять этим мускулом.

Эриксон: Сколько времени займет лечение, по-твоему?

Джейн: Я не знаю, сколько времени потребуется, чтобы привести в порядок сфинктер.

Кристина: У меня тоже есть идея, но она похожа на то, что предлагает Джейн. Может, вызвать у нее мотивацию под гипнозом и научить ее, ну, этому...

Эриксон (Перебивает): Если ребенка одиннадцать лет обзывают “мокрохвосткой”, это недостаточная мотивация?

Кристина: Ладно. Тогда начну по-другому. Надо попробовать научить ее волевым усилием не опорожнять мочевой пузырь полностью, с тем чтобы восстановить мускульный тонус.

Эриксон: Сколько потребуется времени?

Кристина: Думаю, много, если без гипноза. Под гипнозом, полагаю, дело ускорится. Да и для девочки под гипнозом будет понятнее, чего от нее хотят.

Эриксон: Понятно.

Кристина (Перебивая Эриксона): Вы, кажется, сказали, что мускул был поврежден.

Эриксон: Да.

Кристина: Ее надо заново научить, как укрепить сфинктер.

Эриксон: Все эти одиннадцать лет она только и делала, что пыталась укрепить мускулы сфинктера, разве не так?

Кристина: Это так, конечно. Но, возможно, она не знает, как это делается правильно.

Эриксон: А как правильно? Объясни-ка ей.

Кристина: Пытаться терпеть как можно дольше и идти в туалет по желанию. Время от времени повторять это.

Эриксон: Хорошо. Ответ все вы знаете, но не осознаете, что знаете. Я ей сказал: “Я такой же доктор, как все остальные, и тоже не могу тебе помочь. Но есть одна вещь, которая тебе известна, но ты этого не знаешь. Как только ты узнаешь то, что ты уже знаешь, но не знаешь, что знаешь, постель у тебя станет сухой”. Что же это такое, что она знала, но не знала, что знала?

Кристина: Днем она почти всегда могла контролировать себя.

Эриксон: Говоря “почти всегда”, ты хочешь сказать, что могла, но не всегда. В этом мало утешительного, если знала, что есть моменты, когда она ничего не может с собой поделать.

Все мы, подрастая, узнавали, что если надо освободить мочевой пузырь, то надо освободить его полностью. С этим знанием мы выросли. Мы принимаем его как должное и пользуемся им ежедневно.

Вот что я сказал девочке: “Смотри на пресс-папье на моем столе, не двигайся, не разговаривай. Просто держи глаза открытыми и смотри на пресс-папье”. Я напомнил ей о ее первых занятиях в школе, когда она училась запоминать буквы алфавита, как ей было трудно — все они разного вида и формы: печатные и рукописные, прописные и строчные. Но потом у нее в уме сформировалась зрительная память и осталась там навсегда, даже если она об этом и не подозревает.

Затем я продолжил: “Смотри не отрываясь на пресс-папье, не шевелись, не разговаривай, твое сердце бьется в измененном ритме, дыхание изменилось, кровяное давление изменилось, двигательный и мускульный тонусы изменились, твои рефлексy тоже изменились. Это не так уж важно, но я просто говорю это для твоего сведения. А теперь я задам тебе очень простой вопрос и хочу получить очень простой ответ. Допустим, ты сидишь в туалете и мочишься, и в это время кто-то заглядывает в дверь. Что с тобой будет?”

“Я замру”, — ответила девочка.

“Правильно. Ты замрешь и перестанешь мочиться. Как только незнакомая голова уберется из двери, ты можешь продолжить свое дело. Тебе нужно только попрактиковаться: начать мочиться и остановиться, начать и остановиться самой по себе. Иногда ты забудешь практиковаться, но это ничего. Твое тело тебя не подведет и всегда даст тебе не одну возможность попрактиковаться. Полагайся на свое тело.

Я думаю, через две недели ты впервые проснешься в сухой кровати. Все нормально. Не забывай тренироваться: начни и остановись, начни и остановись. Проснуться в сухой постели два утра подряд — это гораздо труднее, а три раза — еще труднее, а четыре — и совсем трудно. Зато потом будет легче: пятый, шестой и седьмой раз. Вот уже получилась целая сухая неделя. А за ней и вторая получится. Если уж три месяца подряд будет сухо, ты меня просто удивишь. Но я удивлюсь не менее, если через полгода у тебя в кроватке не будет всегда сухо.

Через шесть месяцев она могла с ночевкой гостить у своих друзей. Ей требовалось только узнать, что с помощью надлежащего стимулирования она может перестать мочиться в любое время.

Эта истина известна вам всем. Но мы все упустили это из виду. Мы растем, уверенные, что надо все делать до самого конца. Но это не так. И поэтому...

Анна: Что мы упустили?

Эриксон: Что нужно продолжать, пока не кончишь. Это неверно. При надлежащем раздражителе мы всегда в состоянии прерваться. Все мы знаем, что происходит, когда кто-то заглядывает в туалет, а вы в этот момент как раз мочитесь. Вы тут же перекрываете кран. (*Эриксон смеется.*) Поскольку девочка была совсем небольшая, одиннадцати лет, мне понадобилось целых полтора часа, чтобы все ей растолковать... Вот и все.

Что касается семейной терапии, то я подумал, что папаше с мамашей и так будет нелегко привыкнуть к дочкиной сухой постели. (*Смех.*) Да и сестре предстояли большие огорчения: привыкай теперь к тому, что у старшей сестры в постели сухо. А уж школьникам не повезет — дразнить будет некого, такой ценный объект исчезнет. В лечении нуждалась только одна девочка.

И вот через десять дней она принесла этого игрушечного осьминожка, чтобы подарить его тому, кто разделил ее радость по поводу первой сухой постели, и

тем отметить это замечательное событие. (Эриксон смеется и показывает всем пурпурного осьминога из пушистых ниток, которого девочка сделала для него сама.) Кстати, первая сухая постель появилась через две недели. Я за нее больше не беспокоился, нужды для повторного сеанса не было.

Что вы там прячетесь? (Эриксон поворачивается и обращается к женщине, которая вошла в гостиную из кабинета позади Эриксона. Накануне ее на занятии не было. На сегодняшнее занятие она явно опоздала. Это высокая привлекательная блондинка. На ней джинсы и свободный блузон с топом внизу. Она сдала свой докторский минимум, но еще не защитила диссертацию по философии.)

Салли: Я боялась вас прерывать. Нет ли свободного местечка?

Эриксон: Я могу прерваться и продолжить в любом месте, так что входите и садитесь.

Салли: Там есть где сесть?

Эриксон (Обращается Розе в зеленом кресле): Подвинь-ка вон тот стул. А сюда можно поставить еще один. (Указывает рядом с собой по левую сторону.) Подайте ей стул. (Один из мужчин устанавливает складной стул слева от Эриксона. Салли садится рядом с Эриксоном и кладет ногу на ногу.)

Эриксон: Не стоит сидеть нога на ногу.

Салли (Смеется): Подозревала, что вы так отреагируете. О'кей. (Она выпрямляет ноги.)

Эриксон: Есть такая считалка: "Диллар, доллар, в десять школа". Наши иностранные друзья могут ее не знать, но вы-то знаете, верно?

Салли: Нет.

Эриксон (Недоверчиво): Как, вы никогда не распевали "Диллар, доллар, в десять школа"?

Салли: Я и продолжения не знаю.

Эриксон: Честно говоря, я тоже не знаю. (Салли смеется.) Вам удобно?

Салли: Не совсем. Я пришла уже к середине занятий и мне... Я как-то...

Эриксон: Вы у меня раньше не бывали?

Салли: М-м-м... Да, я вас однажды видела прошлым летом. Я была с группой.

Эриксон: А в трансе были?

Салли: Предполагаю, что да. *(Кивает.)*

Эриксон: Вы не помните?

Салли: Предполагаю, да. *(Кивает.)*

Эриксон: Только предполагаете?

Салли: Угу.

Эриксон: Предположение не есть действительность.

Салли: Почти то же самое.

Эриксон (Скептически): Предположение — это действительность?

Салли: Иногда.

Эриксон: Иногда. Так ваше предположение, что вы были в трансе — действительность или предположение? *(Салли смеется и слегка откашливается. Она, похоже, смущена и ей немного неловко.)*

Салли: Разве это важно? *(Студенты смеются.)*

Эриксон: Это другой вопрос. А я спросил: ваше предположение — это предположение или действительность?

Салли: Скорее всего, и то и другое.

Эриксон: Но ведь предположение может быть как реальным, так и нереальным, стало быть, в вашем предположении соединены и реальное и нереальное?

Салли: Нет. У меня соединены предположение и реальность. *(Упрямо тряхнув головой, она замирает.)*

Эриксон: Вы хотите сказать, что ваше предположение может быть реальностью, а может — нет? И в то же время оно реально? Так какое же оно? *(Салли смеется.)*

Салли: Теперь я уже не знаю.

Эриксон: Стоило ли так долго упираться, чтобы признаться в этом? (*Салли смеется.*)

Салли: Сама не понимаю.

Эриксон: Вам удобно?

Салли: О да, я вполне освоилась. (*Говорит тихо.*) Надеюсь, своим вторжением я не очень помешала присутствующим.

Эриксон: Может, вы стесняетесь?

Салли: М-м... Мне было бы уютнее сидеть где-нибудь подальше, но...

Эриксон: Чтобы вас не было видно?

Салли: Не было видно? Да, пожалуй.

Эриксон: Что это за желание?

Салли: Быть неприметной.

Эриксон: Так, значит, вы не любите, когда на вас обращают внимание?

Салли: Ой, совсем вы меня запутали. (*Смеется, и видно, как она смущена. Она слегка откашливается, прикрывая рот левой рукой.*) Это не так... не совсем... нет... хм... м-м-м...

Эриксон: Вам не нравится, то что я сейчас с вами делаю?

Салли: М-м-м... Нет. Скорее, у меня смешанное чувство. Я польщена вниманием и мне интересно то, что вы говорите.

Эриксон (Перебивая): А сами думаете: когда же, черт побери, он от меня отвяжется? (*Общий смех.*)

Салли: Хм, смешанное чувство. (*Подтверждает свои слова кивком головы.*) Если бы я не прервала занятия, а мы просто беседовали с вами — это одно дело, а...

Эриксон: Вам, значит, неловко перед остальными?

Салли: Да, пожалуй, я...

Эриксон: Хм-м-м.

Салли: ...У них занятия... а я пришла и отняла столько времени.

Эриксон (Уставившись перед собой в пол): Давайте твердо запомним, что психотерапевт должен создать для своего пациента такую обстановку, чтобы ему было спокойно и удобно. Я не пожалел усилий, чтобы Салли почувствовала себя не в своей тарелке и смутилась, оказавшись в центре внимания, а это (*обращаясь к группе*) вряд ли служит установлению добрых, способствующих излечению отношений, не так ли? (*Эриксон смотрит на Салли, берет кисть ее правой руки и медленно поднимает.*) Закрой глаза. (*Она смотрит на него, улыбается, затем смотрит вниз на свою руку и закрывает глаза.*) Так и сиди с закрытыми глазами. (*Эриксон отводит пальцы от ее правой руки, и она повисает в воздухе.*) Входи в глубокий транс. (*Эриксон снова берет ее за запястье. Рука слегка опустилась. Эриксон медленно пригибает ее вниз. Он говорит неторопливым и размеренным голосом.*) Тебе очень удобно и очень спокойно, и ты наслаждаешься чувством покоя... такого покоя... что забываешь обо всем, кроме этого чудесного состояния покоя.

Еще немного — и тебе покажется, что твой разум отделяется от тела и плывет в пространстве — возвращается в прошлое. (*Пауза.*) Это уже не 1979-й и даже не 78 год. Вот остается позади 1975 год (*Эриксон близко наклоняется к Салли*), и 1970-й улетает прочь, время откатывается вспять. Вот сейчас будет 1960-й, а вот и 1955-й... И, наконец, ты узнаешь 1953 год... И ты понимаешь, что ты маленькая девочка. Как хорошо быть маленькой. Возможно, ты думаешь о предстоящем дне рождения, или о том, как едешь в гости к бабушке... или идешь в школу... Может, как раз сейчас ты сидишь в классе и смотришь на учительницу, а может, играешь в школьном дворе, а может, у тебя каникулы. (*Эриксон откидывается на спинку кресла.*) Ты очень хорошо проводишь время. Порадуйся тому, что ты маленькая девочка, которой еще только предстоит стать взрослой. (*Эриксон близко наклоняется к Салли.*) Может, ты хочешь узнать, кем ты станешь, когда будешь взрослая. Вероятно, тебе захочется узнать, чем ты будешь заниматься, когда станешь девушкой. Мне интересно, захочется ли тебе учиться в высшей школе. Подумай и ты об этом.

Мой голос повсюду будет следовать за тобой и превратится в голоса твоих родителей, учителей, друзей, в голоса ветра и дождя.

Возможно, ты собираешь цветы в саду. А когда ты станешь совсем взрослой девушкой, много людей повстречается на твоем пути и ты с радостью будешь рассказывать им о той поре, когда ты была маленькой девочкой. И чем тебе удобнее и приятнее, тем сильнее будет у тебя ощущение того, что ты маленькая девочка, потому что ты и есть маленькая девочка.

(Оживленным голосом.) Не знаю, где ты живешь, но, кажется, ты любишь бегать босиком. Ты любишь сидеть на краю бассейна и болтать ногами в воде, жалея, что не умеешь плавать. *(Салли слегка улыбается.)* Хочешь свою любимую конфетку? *(Салли улыбается и утвердительно кивает.)* Вот, возьми, ты чувствуешь сейчас ее вкус во рту, и она тебе нравится. *(Эриксон драгматизируется до руки Салли. Длинная пауза. Эриксон сидит, откинувшись на спинку кресла.)* Придет время, ты вырастешь и будешь рассказывать своим новым знакомым, какая у тебя в детстве была самая любимая конфета. Тебе придется многому учиться и многое узнать. Вот прямо сейчас я покажу тебе одну вещь. Я возьму твою руку. *(Эриксон поднимает ее левую руку.)* Я ее подниму и положу тебе на плечо. *(Эриксон медленно поднимает ее руку за запястье и кладет ей на правое предплечье.)* Вот так. Я хочу, чтобы твою руку парализовало, теперь ты не можешь ею двигать. Пока я не скажу, что ты можешь ею двигать, твоя рука будет неподвижна. Даже когда ты станешь девушкой, даже когда станешь совсем взрослой. Ты не сможешь пошевелить левой рукой и предплечьем, пока я не разрешу тебе этого сделать.

Для начала я хочу, чтобы ты проснулась от шеи и выше, но твое тело будет все глубже погружаться в сон... Ты проснешься от шеи и выше. Это трудно, но ты сможешь. *(Пауза.)* Как приятно чувствовать, что твое тело крепко спит, твоя рука парализована. *(Салли улыбается, ее веки трепещут.)* Как хорошо проснуться от шеи и выше. Сколько же тебе лет? *(Пауза. Салли улыбается.)* Сколько тебе лет?.. Сколько тебе лет? *(Эриксон близко склоняется к Салли.)*

Салли(Тихо): Хм... Тридцать четыре.

Эриксон (Кивает): Очень хорошо. *(Эриксон откидывается на спинку кресла.)* Тебе Тридцать пять, а почему ты сидишь с закрытыми глазами?

Салли: Мне приятно.

Эриксон: Так, я думаю, глаза у тебя сейчас откроются. *(Салли улыбается, но не открывает глаз.)*

Эриксон: Они открылись, правда? *(Салли слегка кашлянула, прочищая горло.)* Глаза откроются и останутся открытыми. *(Салли улыбается, облизывает губы, открывает глаза и моргает.)* Я оказался прав. *(Салли напряженно смотрит перед собой.)* Где ты находишься?

Салли: Полагаю, что здесь.

Эриксон: Ты здесь?

Салли: Да.

Эриксон: А ты можешь что-нибудь вспомнить из своего детства? Что можно было бы рассказать другим. (*Эриксон наклоняется к Салли.*)

Салли: М-м-м, ну...

Эриксон: Громче.

Салли (Прочищает горло): Я... это... припоминаю... ну... дерево и двор, и это... как его...

Эриксон: А ты лазила на это дерево?

Салли (Говорит тихо): Нет, это низкие растения. Еще... переулок.

Эриксон: Где?

Салли: Переулок между домами. И все дети играли на задворках. Играли, как это...

Эриксон: Кто эти дети?

Салли: Их имена? Вы имеете в виду их имена?

Эриксон: Да.

Салли: О, так, хм... (*Салли продолжает напряженно смотреть то направо, то на Эриксона. Эриксон близко наклоняется к ней. Рука у нее все так же лежит на плече, визуального контакта с присутствующими нет.*) Пожалуй, я помню Марию, и Эйлин, и Дэвида, и Джузеппе.

Эриксон: Бекки?

Салли (Повторяя громче): Джузеппе.

Эриксон: А когда ты была совсем маленькая, кем ты мечтала стать, когда вырастешь?

Салли: Я думала, хм, астрономом или писателем. (*На ее лице появляется гримаса.*)

Эриксон: Как ты думаешь, из этого что-нибудь получится?

Салли: Думаю, что-то одно получится. (*Пауза.*) Я... у меня левая рука не двигается. Это просто удивительно. (*Она смеется.*)

Эриксон: Ты слегка удивлена насчет твоей левой руки?

Салли: Я припоминаю, как вы сказали, что она не будет двигаться и... хм...

Эриксон: Ты мне поверила?

Салли: Полагаю, да. *(Улыбается.)*

Эриксон: Всего лишь полагаешь. *(Салли смеется.)*

Салли: Я... это... мне кажется, что ею не пошевелинуть.

Эриксон: Значит, ты более чем полагаешь? *(Салли смеется.)*

Салли: Хм-м... да. *(Тихо.)* Я... это так удивительно, что можно пробудиться от шеи и выше, а от шеи и ниже — нет.

Эриксон: Что удивительно?

Салли: Что человек может... хм-м... что тело может спать от шеи и ниже, а я могу разговаривать и бодрствовать — а тела не чувствую, совсем онемело. *(Смеется.)*

Эриксон: Другими словами, ходить ты не можешь.

Салли: Нет, пожалуй, не сию минуту. *(Отрицательно трясет головой.)*

Эриксон: Не в этот самый момент.

Салли (Со вздохом): Хм-м-м, не в этот самый момент.

Эриксон: Каждый акушер в этой группе теперь знает, как получить анестезию... тела. *(Эриксон выжидательно смотрит на Салли. Салли согласно кивает, а потом делает отрицательное движение головой. Она продолжает смотреть направо отсутствующим взглядом. Прочищает горло.)* Как себя чувствует человек, которому тридцать пять и он не может ходить?

Салли (Поправляет Эриксона): Тридцать четыре.

Эриксон: Тридцать четыре. *(Улыбается.)*

Салли: Хм-м... Чувствует... м-м... сейчас это приятно.

Эриксон: Очень приятно.

Салли: Да.

Эриксон: Вот когда ты только вошла, тебе понравилось, как я подтрунивал над тобою?

Салли: Пожалуй, да.

Эриксон: Пожалуй, да?

Салли: Да.

Эриксон: А может, не понравилось?

Салли: Да, пожалуй, так. (*Салли смеется.*)

Эриксон: (*Улыбается.*) Вот момент истины.

Салли: Как? (*Смеется.*)

Эриксон: Вот момент истины.

Салли: Так, да, у меня смешанное чувство. (*Смеется.*)

Эриксон: Ты сказала "смешанное чувство". Очень смешанное?

Салли: Как сказать? Мне это нравилось и не нравилось.

Эриксон: Очень-очень смешанное чувство?

Салли: Ох, вряд ли я смогу определить точный оттенок.

Эриксон: А не думаешь ли ты: черт меня дернул сюда прийти?

Салли: О, нет, я очень рада, что пришла. (*Прикусила нижнюю губу.*)

Эриксон: А придя сюда, разучилась ходить.

Салли (Смеется): Да, научилась не двигаться от шеи вниз. (*Кивает.*)

Эриксон: Вкусная была конфета?

Салли (Тихо): Ой, какая вкусная, только... м-м... мне хотелось бы... разных сортов.

Эриксон (Улыбается): Значит, отведала конфеток?

Салли: Угу. *(Улыбается.)*

Эриксон: А кто тебе их дал?

Салли: Вы дали.

Эриксон (Согласно кивает): Вот какой я щедрый.

Салли: Да, очень мило с вашей стороны. *(Улыбается.)*

Эриксон: Понравилась конфета?

Салли: О, да.

Эриксон: А вот все философы говорят: реальность в нашей голове. *(Улыбается.)* Что это за люди? *(Салли смотрит вокруг. Эриксон близко склоняется над ней.)*

Салли: Представления не имею.

Эриксон: Скажи мне честно, что ты о них думаешь?

Салли: Как сказать... Они выглядят... по-разному.

Эриксон: Они выглядят по-разному.

Салли: Да, они все разные. *(Прочищает горло.)* Все очень милые. Только отличаются... друг от друга.

Эриксон: Все люди не похожи друг на друга. *(Салли смущенно смеется, прочищает горло и вздыхает.)* Где сейчас Эйлин?

Салли: О, представления не имею. Хм-м...

Эриксон: А ты давно ее вспоминала в последний раз?

Салли: Сейчас подумаю, хм-м... довольно давно. Э-э... у нее была сестра, Мария. Она была младше Эйлин... м-м-м... скорее, моих лет. Знаете, я их вспоминаю, они из моего детства, но я думаю о них редко.

Эриксон: Откуда ты родом?

Салли: О, м-м-м, из Филадельфии.

Эриксон: И ты играла на задворках.

Салли: Ага.

Эриксон: Как же ты там оказалась?

Салли (Смеется): Может, мне только показалось... м-м-м... что я там была.

Эриксон: Обрати внимание. Вон тот качает ногой, а этот переставил ступни, и она села по-другому. *(Указывает на присутствующих.)* А почему ты сидишь так неподвижно?

Салли: Разве вы мне не сказали что-то по этому поводу, что... хм...

Эриксон: Ты всегда выполняешь то, что тебе говорят?

Салли (Отрицательно качает головой): Подчиняться — для меня очень необычно.

Эриксон (Прерывая): Ты хочешь сказать, что ты необычная девушка?

Салли: Нет, для меня необычно подчиняться. Я никогда не следую ничьим указаниям.

Эриксон: Никогда?

Салли: Не то чтобы никогда — редко. *(Улыбается.)*

Эриксон: Ты уверена, что никогда не следуешь указаниям?

Салли: Нет, не уверена, кажется, я это только что сделала. *(Смеется и прочищает горло.)*

Эриксон: Ты можешь выполнять нелепые пожелания?

Салли (Смеется): Хм... мне кажется, я могла бы пошевелиться.

Эриксон: Хм?

Салли: Если бы я по-настоящему захотела, я бы могла пошевелиться.

Эриксон: Посмотри-ка вокруг. Как ты думаешь, кто следующим окажется в трансе? Посмотри на всех по очереди.

Салли (Оглядывая сидящих): М-м-м... Может быть, вот эта женщина с кольцом на руке. *(Указывает на Анну.)*

Эриксон: Которая?

Салли: М-м-м... которая сидит прямо перед нами, у нее кольцо на левой руке. Вот эта, в очках. *(Эриксон наклоняется очень близко.)*

Эриксон: А еще что про нее скажешь?

Салли: Еще что? По-моему, она войдет в транс следующей.

Эриксон: Ты уверена, что никого не пропустила?

Салли: Есть один-два человека, на кого я тоже так подумала — на мужчину рядом с этой женщиной.

Эриксон: Еще кто-то?

Салли: Хм... да, еще кто-то. *(Улыбается.)*

Эриксон: А что ты думаешь о девушке, что сидит слева от тебя? *(Указывает на Розу.)*

Салли: Да.

Эриксон: Как ты думаешь, сколько ей понадобится времени, чтобы снять одну ногу с другой и закрыть глаза? *(Роза сидит, скрестив руки на груди и закинув ногу на ногу.)*

Салли: М-м, не очень много.

Эриксон: Итак, наблюдай за ней. *(Роза не распрямляет ноги. Смотрит на Эриксона, потом вниз. Затем поднимает глаза, улыбается и оглядывается вокруг.)*

Роза: Мне и со скрещенными ногами удобно. *(Пожимает плечами.)*

Эриксон: Я не сказал, что тебе будет неудобно. Никто этого не говорил. *(Роза соглашается кивком головы.)* Я только спросил у Салли, сколько времени тебе

понадобится, чтобы распрямить ноги, закрыть глаза и войти в транс. *(Роза согласно кивает. Пауза. Эриксон выжидающе смотрит. Обращаясь к сидящей слева от него Салли.)* Наблюдай за ней. *(Пауза. Роза закрывает и открывает глаза.)* Сколько еще тебе надо времени, чтобы закроешь (sic) их и больше не откроешь (sic)? *(Пауза. Эриксон смотрит на Розу. Роза моргает.)* Ей все труднее открывать глаза. *(Роза закрывает глаза, затем, прикусив губу, открывает их.)* Видишь, как она старается пересилить меня, но проигрывает. *(Пауза.)* Она даже не осознает, как она близка к трансу. Ну, закрой теперь глаза, и пусть они остаются открытыми. *(Роза с трудом продолжает моргать.)* Ну хорошо, я подожду. *(Опять моргает.)* Но ты их закроешь. *(Моргает.)* Когда глаза закроются в следующий раз, не открывай их. *(Пауза. Роза закрывает глаза и опять открывает, еще раз закрывает и снова открывает.)* Ты уже и сама понимаешь, что глаза у тебя закроются. Ты сопротивляешься и не понимаешь, почему я выбрал тебя. *(Роза закрывает глаза и открывает их, снова закрывает и открывает.)* Вот так. *(Закрывает глаза и больше не открывает.)* Очень хорошо. Я хотел бы обратить ваше внимание на то, как она мне помогала. Вполне естественно, что пациент может сопротивляться и делает это. Я предполагал, что она будет противодействовать мне и тем самым прекрасно проиллюстрирует такое противодействие. Сама того не сознавая, она сейчас распрямит ноги. Но ей хочется доказать, что ей этого не надо. Все правильно. Каждый пациент всегда хочет малость поупираться. Здесь врач должен пойти ему навстречу. *(Пауза. Роза ерзает в кресле, наклоняется вперед, но ноги не распрямляет.)* Не надо делать из пациента раба. Надо просто пытаться помочь ему. Вы требуете от него сделать то одно, то другое, а ведь каждый из нас вырос с убеждением, что никто не смеет сделать из него раба и он не обязан выполнять чьи-то приказы. И чтобы пациент раскрыл для себя свои возможности, приходится прибегать к гипнозу. Он узнает, что ему под силу сделать даже то, что, по его мнению, противоречит его желаниям. *(Роза открывает глаза. Салли покашливает. Эриксон обращается к Розе.)* Что же ты думаешь по поводу того, что я выбрал тебя?

Роза: Мне хотелось проверить, смогу ли я не поддаться вашему воздействию.

Эриксон: Так. *(Салли кашляет.)*

Роза: Вот видите, я могу распрямить ноги. *(Она распрямляет ноги, а затем снова скрещивает их. Салли смеется и кашляет. Эриксон мгновение молчит.)*

Эриксон: Я же сказал, что ты распрямишь ноги.

Роза: Хм-м?

Эриксон: Я сказал, что ты распрямишь ноги.

Роза: Да, я могу.

Салли (Кашляет. Кашель вынуждает ее пошевелить левой рукой. Кто-то из студентов дает ей ментоловую таблетку от кашля, и она кладет ее в рот. Затем она разводит руки в стороны и пожимает плечами в сторону Эриксона.): Разве вы мне говорили, что я буду кашлять? *(Смеется, дотрагивается до Эриксона и снова начинает кашлять.)*

Эриксон: О, какой ловкий, искусный ход... *(Салли кашляет и прикрывает рот рукой.)* Ай да умница, как интересно и хитро сумела овладеть своей левой рукой. *(Салли смеется и согласно кивает.)*

Салли: Прибегла к другому симптому.

Эриксон: Ты отделалась от паралича руки, начав кашлять. *(Салли кивает и кашляет.)* Как это тебе удалось? *(Салли смеется и кашляет.)* Да, рабыни из тебя не получится.

Салли: Думаю, нет.

Эриксон: Ты устала держать левую руку так высоко, как же ее опустить? Вот ты и начала кашлять... *(Салли смеется.)*... и смогла опустить. *(Салли вздыхает и смеется.)*

Кристина: Можно спросить про то, что рука устала? Я считала, что в транс человек не устает, в каком бы неудобном положении он ни находился. Это заблуждение? У тебя правда рука устала... висеть так высоко? Или тебе стало неудобно сидеть в таком положении?

Салли: Хм, я ощущала... э-э... Мне было как-то не по себе... Вроде чувство напряжения, но... м-м-м... я бы еще могла так сидеть.

Кристина: Могла?

Салли: Мне казалось, что могла. Да... сидеть так еще довольно долго... хм-м. Знаете, было какое-то странное состояние, я... *(Эриксон перебивает ее и обращается к Розе.)*

Эриксон: Тебя зовут Кэрл, верно?

Роза: Что?

Эриксон: Тебя зовут Кэрол?

Роза: Меня? Нет.

Эриксон: А как?

Роза: Вы мое имя спрашиваете? (*Эриксон утвердительно кивает.*) Роза.

Эриксон (Озадаченно): Роза?

Роза: Как цветок “роза”.

Эриксон: Хорошо. Итак, я заставил Розу продемонстрировать свое сопротивление, а затем покорность, потому что глаза у нее все-таки закрылись. Как тебя зовут? (*Обращается к Салли.*)

Салли: Салли.

Эриксон: Итак, мне удалось показать, как Роза противится, но в конце концов уступает. (*Салли улыбается.*) А вот Салли, чтобы освободиться, раскашлялась и тоже проявила сопротивление. (*Розе.*) Это ты подала Салли пример, последовав, которому она освободила руку.

Роза: Честно говоря, я закрыла глаза, потому что так было проще. Иначе вы продолжали бы повторять, чтобы я их закрыла. О’кей, сказала я себе, пожалуй, надо закрыть, чтобы вы перестали повторять одно и то же.

Эриксон: Так. Но ты закрыла их. А Салли оказала сопротивление, следуя твоему примеру, правда, косвенно, через кашель. (*Салли улыбается.*) Умница. (*Салли кашляет и прочищает горло.*)

(*К Салли.*) А как ты собираешься освободить ноги? (*Салли смеется.*)

Салли: Хм, да просто освобожу. (*Эриксон ждет.*) Вот посмотрите. (*Прежде чем пошевелить ногами, Салли озирается вокруг. Эриксон смотрит ей на ноги и ждет.*)

Эриксон: Видите, что она сделала? Для начала воспользовалась визуальной подсказкой. Она поискала, куда бы ей переставить ногу. Сенсорный процесс понадобился ей, чтобы вызвать мышечную реакцию. (*К Салли.*) Как ты теперь встанешь?

Салли: Вот так и встану. (*Салли со смехом смотрит вниз, затем с усилием отрывается от кресла, упершись руками, и встает.*)

Эриксон: Ты и обычно встаешь с таким усилием? (*Салли кашляет и прочищает горло.*) Ты уверена, что съела конфету?

Салли: Сейчас, что ли, или раньше?

Эриксон: Раньше.

Салли: Да, конечно. Но я помнила, что это было внушение.

Эриксон (Придвигается ближе к Салли): Как ты думаешь, ты сейчас совсем проснулась?

Салли (Смеется): Да, думаю, вполне проснулась.

Эриксон: Вполне проснулась. Сейчас ты не спишь?

Салли: Нет, не сплю.

Эриксон: Ты уверена?

Салли (Смеется): Да.

Эриксон медленно поднимает ее левую руку. Руки у нее были сложены в замок, он разъединяет их и поднимает левую руку за запястье.

Салли: Рука как будто не моя.

Эриксон: Что?

Салли: Рука словно не моя... когда вы это делаете. (*Эриксон отводит руку, и рука Салли каталептически повисает. Он смеется. Салли смеется.*)

Эриксон: Теперь ты не так уверена, что не спишь.

Салли (Улыбается): Да, не так уверена. Я не ощущаю тяжести правой руки, моя правая словно ничего не весит.

Эриксон: Не ощущаешь тяжести. Вот и ответ на твой вопрос, не так ли? (*Обращается к Кристине, которая спрашивала о человеке под гипнозом, у которо-*

го рука в неудобном положении. К Салли.) Можешь ее так держать или рука поднимется к лицу? (Эриксон делает движение левой рукой вверх.)

Салли: Хм-м. Вероятно, смогу так удержать.

Эриксон: Приглядывай за рукой. Думаю, она поднимется вверх.

Салли: Э-э... нет. (Отрицательно качает головой.)

Эриксон: Она начнет подниматься небольшими рывками. (Пауза. Салли смотрит прямо перед собой, затем переводит взгляд на Эриксона. Отрицательно качает головой.) Ты, возможно, почувствовала первый рывок. Вот она поднимается. (Салли смотрит на свою руку.) Видишь этот рывок?

Салли: Когда вы говорите, я действительно чувствую.

Эриксон: Что?

Салли: Когда вы говорите о толчке, я его чувствую.

Эриксон: А всех рывков ты не чувствуешь?

Салли: Хм-м-м.

Эриксон (Взяв руку Салли за запястье, он медленно и постепенно подталкивает ее вниз. Затем убирает свою руку.): Я опускал твою руку, а ты сопротивлялась, верно?

Салли: Да.

Эриксон: Зачем?

Салли: Так, как было, тоже неплохо. (Смеется.)

Эриксон (Улыбается): Так, как было... неплохо.

(Смотрит в пол.) Отслужив в морской пехоте и отвоевав войну в южной части Тихого океана, молодой тридцатилетний человек возвращается домой. Побывав во многих переделках, он не получил ни царапины.

Отец и мать были рады его возвращению. И оба они решили посвятить себя своему мальчику. Мама стала диктовать, что ему есть на завтрак и на обед. Каждый день мама советовала, что надеть. Беспокоясь, что сын слишком много

работает, папа стал заботиться о его отдыхе и подбирал в “Субботней вечерней газете”, что Виллу следовало почитать.

Вилл был очень послушный сын. Он ел и носил то, что ему велела мама. Он читал то, что предлагал папа. Родители не могли нарадоваться. Но Виллу осточертело жить по указке папы и мамы. А они буквально не давали ему самостоятельно вздохнуть. Единственным убежищем, где он чувствовал себя относительно свободно, была его работа в небольшой мастерской по ремонту и продаже подержанных автомобилей.

Вскоре выяснилось, что ему нельзя переходить через улицу Ван Бурен, где находилась мастерская. Затем оказалось, что ему не следует ездить на работу по Северной Центральной Авеню, потому что на ней находится ресторан “Золотые Ножки” со множеством окон по фасаду. Чтобы уберечь сына от соблазнов, ему велели объезжать это место за несколько кварталов. А потом он обнаружил, что не может ехать в лифте, не может пользоваться эскалатором и испытывает страх, переходя улицы.

Чувствуя, что дома у него не все ладно, он пришел ко мне на консультацию. Когда я узнал, что Вилл боится ездить мимо ресторана “Золотые Ножки”, я ему сказал: “Вилл, тебе придется пригласить миссис Эриксон и меня на обед, а ресторан я выберу сам”. Он ответил: “Надеюсь, это будут не “Золотые Ножки”? На что я заметил: “Мы с миссис Эриксон будем твоими гостями, Вилл, и тебе захочется сделать нам приятное. Ты же не откажешь нам в выборе. Тебе будет приятно пригласить гостей туда, куда они сами пожелают”.

Кроме того, я добавил: “Похоже, ты боишься женщин. Даже продавая подержанные автомобили, ты боишься оторвать глаза от пола и никогда не глядишь на женщин. Ты их боишься. Поскольку ты приглашаешь нас с миссис Эриксон в ресторан, будет очень мило, если и ты придешь с дамой. С твоими вкусами в этом вопросе я не знаком, поэтому скажи, какого типа женщины тебе нравятся”. Вилл ответил: “С хорошенькой и незамужней я бы не пошел”. “Ну, а кто для тебя опаснее хорошенькой и незамужней?” — спросил я. “Конечно, разведенная, да еще хорошенькая, это гораздо хуже, чем незамужняя”. “А еще с какими женщинами ты бы не стал встречаться?” — спросил я. “С молодыми вдовами”, — сообщил Вилл. Наконец, я задал последний вопрос: “Если бы ты решил пригласить куда-нибудь даму, какую бы ты выбрал?” — “О, если б уж дело дошло до этого, то ей было бы лет 86, не меньше”. “Отлично, — заметил я, — приезжай к нам домой во вторник к шести часам вечера и повезешь миссис Эриксон, меня и еще одну даму в ресторан”. Вилл испуганно промолвил: “Боюсь, у меня ничего не выйдет”. — “Вилл, я жду тебя в шесть вечера в следующий вторник, у тебя все выйдет”. В следующий вторник Вилл явился ровно в шесть, весь разодетый и обливающийся потом. Я не мог спокойно сидеть на

диване. Я сообщил, что дама, которую я для него пригласил, еще не приехала и мы приятно скоротаем время, поджидая ее. По лицу Вилла было видно, что приятными его страдания не назовешь. Он беспокойно ерзал на диване, не отводя глаз от входной двери и с надеждой взирая на миссис Эриксон и меня. Мы поддерживали обычную светскую беседу, пока в гостиную не вошла очаровательная девушка, опоздав на двадцать минут. Вилл был в нескрываемом ужасе. Я представил их друг другу: "Вилл, познакомься с Кич. Кич, Вилл приглашает нас всех на обед". Кич радостно всплеснула руками и расплылась в счастливой улыбке. "Кстати, Кич, — спросил я, — сколько раз ты была замужем?" "О, шесть раз", — беззаботно ответила она. "А сколько раз разводилась?" "Шесть раз", — ответила Кич. (*Эриксон смеется.*) Вилл побелел, как полотно.

Я попросил: "Вилл, спроси у Кич, где она хочет пообедать". Кич ответила: "О, Вилл, мне хотелось бы в "Золотых Ножках", на Северной Центральной Авеню". Миссис Эриксон поддержала: "Мне там тоже нравится". А я добавил: "Это хороший ресторан, Вилл". Вилла всего передернуло, но я сказал: "Пошли. Взять тебя под руку, Вилл?" Он ответил: "Нет, я сам пойду, но боюсь упасть в обморок". Я предупредил: "Когда мы будем выходить, там будут три ступеньки. Смотри не упади на них в обморок, а то разобьешься об асфальт. Погоди, пока мы выйдем на лужайку. Вот там и падай". "Не хочу я падать, — буркнул Вилл. — Может, я и до автомобиля дойду".

Когда мы дошли до автомобиля (моего автомобиля), а я знал, что вести машину придется мне, Вилл сказал: "Я прислонюсь к машине, чтобы не упасть в обморок". "Не беспокойся, — заметил я, — здесь как раз безопасно падать". А Кич предложила: "Вилл, иди-ка сюда и садись со мной на заднее сидение". Весь дрожа, Вилл забрался в машину.

Добравшись до ресторана, я поставил машину на самом дальнем конце стоянки и заметил: "Вилл, можешь выходить из машины и падать в обморок прямо здесь, на стоянке". "Не хочу я здесь падать", — проворчал Вилл.

Выйдя из машины, мы направились к ресторану, а по дороге я все подсказывал Виллу: "Вот хорошенькое местечко для обморока, и это — ничуть не хуже, а вот здесь — то, что надо..." Так он дошел до входа в ресторан, а я поинтересовался: "Ты где предпочитаешь упасть: внутри здания или снаружи?" "Я не хочу падать на улице", — ответил Вилл. "А, ну тогда пойдем внутрь, в случае чего ты там сможешь упасть в обморок".

Когда мы вошли, я спросил: "Вилл, ты какой столик предпочитаешь?" "Поближе к двери", — ответил он. Тогда я подытожил: "В дальнем конце ресторана расположена невысокая балюстрада с уютными кабинами. Давай там пообедаем, оттуда хорошо виден весь ресторан". "Да я потеряю сознание, прежде чем

туда доберусь”, — ответил Вилл. “Ничего особенного. Можешь упасть возле этого столика, или этого, вот этот тоже подойдет”. Так мы благополучно прошли мимо всех столиков к выбранной нами кабинке.

Сначала села миссис Эриксон, рядом с ней Кич пригласила сесть Вилла, а сама села по другую сторону от него, а я оказался с краю. Таким образом, Вилл попал в женское окружение.

Подошла официантка. Стала записывать наш заказ, но позволила себе какую-то грубость. Я сделал ей резкое замечание, она стала огрызаться, слово за слово, и мы так разорались, что привлекли внимание всех посетителей. Вилл готов был залезть под стол, но миссис Эриксон его удержала, заметив: “Такое не каждый день увидишь”. Наконец разъяренная официантка ушла, и к нам подошел управляющий, чтобы выяснить, в чем дело. Я и с ним сцепился, мы раскричались, и он вынужден был ретироваться.

Затем вернулась официантка и спросила: “Что будете заказывать?” Миссис Эриксон сделала свой заказ, я свой. Официантка обратилась к Кич: “Ваш заказ, пожалуйста”. Кич начала: “Мой друг возьмет цыпленка, но только белое мясо. К нему отварной картофель, средний: не крупный и не мелкий, сметана и лук. Я думаю, всего полезней для Вилла будет порция тушеной моркови и хрустящие булочки”. Затем она выбрала блюда для себя.

Во время еды Кич беспрестанно опекала Вилла, указывая, в каком порядке приниматься за блюда, какой выбрать кусочек, и следила буквально за каждым его глотком. Бетти и я наслаждались своим обедом. Кич наслаждалась своим. Один Вилл чувствовал себя как на раскаленной сковороде.

Когда мы собрались уходить, Кич сказала: “Вилл, за обед, конечно, платишь ты, и, я думаю, тебе следует дать официантке хорошие чаевые. Обед был чудесный, так что дай ей...” — и она назвала точную сумму.

На выходе я продолжал советовать Виллу: “Если тебе плохо, вот у этого столика удобно падать”. Так я предлагал ему различные места для обморока, пока мы не нашли наш автомобиль и не уселись в него.

Когда мы подъехали к нашему дому, Кич предложила: “Вилл, давай зайдем в гости к доктору Эриксону и миссис Эриксон”. Взяв его под руку, она чуть ли не силком втащила его в дом. Не успели мы перекинуться несколькими словами, как Кич заявила: “Я так люблю танцевать”. Тут Вилл с облегчением ответил: “А я не умею”. “Вот и чудесно, — не растерялась Кич. — Я просто обожаю обучать мужчин танцам. Ковер нам не помешает... Включите ваш проигрыватель, доктор Эриксон, что-нибудь танцевальное, а я поучу Вилла”. Она вытащила

Вилла на середину комнаты и вскоре объявила: “Вилл, да ты просто прирожденный танцор. Давай пойдем на дискотеку и всласть потанцуем”. Вилл нехотя уступил, и они протанцевали до трех часов ночи. Затем Вилл проводил Кич домой.

Когда на следующее утро мамаша подала ему завтрак, Вилл взбунтовался: “Не желаю больше яиц всмятку. Поджарь мне три куска ветчины с яйцом, подай два тоста и стакан апельсинового сока”. Мамаша слабо сопротивлялась: “Но, Вилл...” “Никаких “но”, мама, я сам знаю, что мне надо”.

Когда Вилл вернулся с работы, папаша сказал: “Я подобрал для тебя интересную статью из “Субботней вечерней газеты”. “Я купил по дороге “Полицейский вестник” и буду читать его”, — заявил Вилл. *(Обращаясь к студентам.)* Попытаюсь объяснить для наших иностранцев: материал в этой газете очень рискованный, горячий. Рассказы о разного рода преступлениях, особенно на сексуальной почве. У папаши волосы встали дыбом, но Вилл на этом не остановился: “На следующей неделе я от вас перееду и буду жить отдельно. И буду делать все, что мне заблагорассудится”.

Он позвонил Кич и пригласил ее на обед в воскресенье, а потом они пошли на танцы. Они продолжили встречаться в течение трех месяцев. Затем Вилл навестил меня и спросил: “Что будет, если я перестану встречаться с Кич?” Я ответил: “Она шесть раз разведилась. Думаю, переживет и твое исчезновение из ее жизни”. “Тогда я исчезну”, — сказал Вилл. Он расстался с Кич и начал встречаться с другими девушками. А свою сестру с мужем и двоюродного брата направил ко мне лечиться.

Однажды Вилл заявился ко мне с молоденькой девушкой и сказал: “Мисс М. боится общаться, боится ходить в гости. Ее жизнь ограничивается только домом и работой, в основном она молчит. На следующей неделе мои друзья устраивают вечеринку, я ее приглашаю, а она отказывается. Я хочу, чтобы вы заставили ее пойти”. Вилл вышел из комнаты.

“Мисс М., — обратился я к ней, — по всей вероятности, вы нравитесь Виллу”. “Да, — согласилась она, — но я боюсь мужчин. Вообще боюсь людей и не хочу идти на вечеринку. Я не знаю, что говорить, не умею поддерживать беседу с незнакомыми людьми”. “Мисс М., — сказал я, — я знаю всех, кто там будет. Они все обожают поговорить, чем и будут заняты. Но на вечеринке не будет никого, кто умел бы внимательно слушать. Вы будете там просто бесценной гостьей, потому что каждый получит отличного слушателя”.

Вилл и мисс М. поженились. Они вместе летали в Юму, вместе побывали в Таксоне, вместе летали обедать в Флэгстафф. Теперь ему ничем все эскалаторы

и лифты в Фениксе. Вилл возглавил новую автомобильную фирму. Единственный выход в “Золотые Ножки” показал Виллу, что он может себя свободно чувствовать в ресторане, в аптеке, в любом здании с лифтами и эскалаторами. Он убедился, что свидание с женщиной не грозит ему обмороком. (*Эриксон смеется.*) Не кто иной, как Вилл, заявил матери, что он сам будет решать, что ему есть. Не кто иной, как Вилл, заявил папаше, что у него есть собственный читательский вкус... И это Вилл заявил родителям, где он собирается жить.

Мне же только пришлось организовать выход в ресторан да уговориться с официанткой и управляющим о живописной ссоре, которая доставила нам немало удовольствия, а Вилл выяснил, что он может выдержать и это. (*Эриксон улыбается.*) Он нормально перенес знакомство с хорошенькой шестикратно разведенной женщиной, которая к тому же научила его танцевать. Даже не понадобилось многонедельного лечения. Лечить надо было его семейство, но это я предоставил самому Виллу. Я лишь доказал Виллу, что уморить его невозможно, а посему жизнь продолжается. (*Эриксон смеется.*) Мне самому вся эта история доставила удовольствие.

Как много людей, начитавшись книг, берутся за лечение. На этой неделе попробуем так, на следующей — эдак. И правила вроде все соблюдают... Вот столько на этой неделе, вот столько на следующей, вот столько в этом месяце, а столько — в следующем. Виллу надо было всего лишь убедиться, что он может перейти улицу и пойти в ресторан. А ведь ему приходилось объезжать его за несколько кварталов. Каких только мест я не предлагал ему для обморока. Но с ним ничего не произошло. Я предоставил ему полную свободу рухнуть в обморок, даже умереть... (*Эриксон смеется.*) Но он понял, что жизнь — вещь стоящая, и все лечение взял на себя. Что касается мисс М., то она уже мамаша нескольких ребятишек и имеет добрых друзей и соседей, ведь каждому нужно, чтобы его выслушали.

Честно говоря, я не верю в фрейдовский психоанализ. Безусловно, Фрейд обогатил психиатрию и психологию массой ценных идей. Идей, до которых психиатрам и психологам следовало бы додуматься самостоятельно, а не дожидаться, пока Фрейд им все разжует. Это он изобрел религию, которую назвал “психоанализом” и которая, по его мнению, подходит всем людям, без различия полов, возрастов, уровня культуры, подходит для всех случаев жизни, даже для таких, в которых сам Фрейд не может разобраться.

Его психоанализ годится для всех времен и проблем. Фрейд анализировал пророка Моисея. Потов спорить на что угодно, что уж с Моисеем Фрейду встречаться не доводилось. Он даже представления не имеет, как Моисей выглядел, однако он подверг его анализу. Но ведь жизнь во времена Моисея — это совсем не то, что жизнь во времена Фрейда. Он и Эдгара Аллана По проанализи-

ровал — по его произведениям, переписке и газетным рецензиям. Я считаю, следует отдать под суд врача, который попытался бы диагностировать аппендицит у писателя, исходя из его произведений, писем к друзьям и газетных баек о нем. (*Эриксон смеется.*) Однако Фрейд подверг психоанализу Эдгара Аллана По на основании сплетен, слухов и его произведений. И абсолютно в нем не разобрался. А ученики Фрейда проанализировали “Алису в Стране Чудес”. Но это же чистый вымысел. Нашим аналитикам все нипочем.

По Фрейду, чувство соперничества с братьями и сестрами в одинаковой мере присуще единственному ребенку в семье и ребенку, где в семье еще десять детей. Тот же Фрейд толкует о фиксации ребенка в отношении матери или отца даже в тех случаях, когда и отец-то неизвестен. Тут тебе и оральная фиксация, и анальная фиксация, и комплекс Электры. Никого не интересует истина. Это вид религии. Однако спасибо Фрейду за те понятия, которые он внес в психиатрию и психологию, и за его открытие, что кокаин действует на глаза как анестетик. (*Эриксон смотрит на сидящую слева от него женщину.*)

Возьмем психотерапию Адлера. Он утверждает, что левши пишут лучше, чем правши. Вы знаете, что его теория в основном базируется на неполноценности органов и превосходстве мужчины над женщиной. Он никогда не пытался провести широкое исследование почерков у право- и левосторонних людей и выяснить, кто же пишет лучше. У меня есть знакомые доктора-правши с ужасным почерком. Я думаю, и среди левшей найдется немало докторов с таким же безобразным почерком.

У Адольфа Мейера, которого я весьма почитал, существует общая теория психических заболеваний. У него все сводится к вопросу энергии. Допускаю, что каждый душевнобольной обладает каким-то энергетическим потенциалом и что эта энергия находит много путей для своего выхода, но нельзя брать за основу классификации душевнобольных энергию.

Нам всегда надо помнить, что каждый индивид уникален. (*Салли открывает глаза и снова закрывает их.*) Точных копий в мире нет. Человечество существует на этой земле уже три с половиной миллиона лет, и я с уверенностью могу сказать, что за все это время не встретилось двух одинаковых отпечатков пальцев или двух идентичных индивидов. Даже близнецы значительно отличаются друг от друга отпечатками пальцев, степенью сопротивления болезням, своей психической и личностной организацией.

Хотелось бы, чтобы последователи Роджерса, гештальт-терапии, трансактного и группового анализа и многочисленных ответвлений различных теорий осознали, что в своей работе они практически не учитывают того факта, что па-

циент № 1 нуждается в лечении, которое не подходит пациенту № 2. Сколько бы у меня ни было больных, для каждого я изобретаю свой путь исцеления в зависимости от его индивидуальности. Приглашая к обеду гостей, я даю им возможность выбирать еду, поскольку не знаю их вкусов. И одеваться люди должны, как им хочется. Вот я, например, одеваюсь как хочу, вам это известно. (*Эриксон смеется.*) Я уверен, что психотерапия — это штучная работа.

А сейчас вернемся к той девочке, что мочилась по ночам. На первом сеансе мы побеседовали часа полтора. Этого было более чем достаточно для первого раза. Многие из моих коллег-врачей, я знаю, потратили бы на этот случай и два, и три, а то и четыре года, а то все пять лет. А уж психоаналитику понадобилось бы лет десять.

Помню, был у меня очень способный практикант. И вдруг ему втемяшилось в голову, что он хочет заниматься психоанализом. И вот он отправился к последователю Фрейда, доктору С. В Детройте было два ведущих психоаналитика: доктор Б. и доктор С. Среди тех, кто недолюбливал психоанализ, доктор Б. был известен под кличкой “Святейший Папа”, а доктору С. было дано прозвище “Иисусик”. Вот мой светлоголовый и явился к “Иисусику”. Если говорить точнее, то трое моих практикантов перешли к нему.

При первой же встрече доктор С. заявил моему самому способному практиканту, что в течение шести лет он будет вести его терапевтический анализ. Пять дней в неделю в течение шести лет. А после этого, в течение еще шести лет, он подвергнет моего практиканта дидактическому анализу. Алексу он сразу сказал, что будет анализировать его двенадцать лет. Кроме того, доктор С. потребовал, чтобы жена Алекса, которую “Иисусик” в глаза не видел, тоже прошла шестилетний терапевтический анализ. И мой студент убухал двенадцать лет жизни на психоанализ, а его жена — шесть лет. “Иисусик” заявил, что им нельзя иметь детей, пока он не разрешит. А я ведь был уверен, что из Алекса получится блестящий психиатр, он подавал огромные надежды.

Доктор С. утверждал, что он занимается ортодоксальным анализом в точности по Фрейду. У него было три практиканта: А., Б. и В. А. должен был парковаться в секторе А; Б. ставил машину в секторе Б, а В. парковался в секторе В. А. приходил на занятия к часу дня и уходил в 1 час 50 мин. Он входил в одну и ту же дверь, “Иисусик” пожимал ему руку, и Алекс ложился. “Иисусик” придвигал свой стул к левой стороне кушетки, устанавливая его ровно в 18 дюймах (45 см) от изголовья и в 14 дюймах (35 см) от левого края. Когда приходил следующий практикант Б., он входил в ту же дверь, а Алекс выходил в другую. Б. укладывался на кушетку, а “Иисусик” усаживался, строго соблюдая свои 18 и 14 дюймов.

Всех троих лечили одинаково: Алекса шесть лет, Б. пять лет и В. пять лет. Как подумаю об “Иисусике”, зло берет: разве это не преступление — в течение двенадцати лет лишать Алекса и его жену счастья иметь детей, а ведь они так любили друг друга.

Перейдем к другому случаю: двенадцатилетний мальчик страдал ночным недержанием мочи — очень крупный мальчик: рост 180 см, возраст 12 лет. С ним пришли родители и стали мне рассказывать, как они его наказывают за мокрую постель: и тычут его лицом в мокрые простыни, и лишают сладкого, и не пускают играть с товарищами. И ругали его, и пороли его, заставляли стирать свое белье, убирать за собой постель, не давали ему пить после полудня. А бедный Джо двенадцать лет кряду отправлялся спать и исправно заливал свою постель каждую ночь без исключения.

Наконец, в первых числах января родители привели его ко мне. Я сказал: “Джо, ты уже большой мальчик. Послушай, что я скажу твоим родителям. Дорогие родители, Джо — мой пациент, и никто не должен мешать моим пациентам. Вы, мамаша, будете сами стирать белье Джо и приводить в порядок его постель. Вы перестанете его ругать. Вы не будете его притеснять. И перестанете напоминать ему о мокрой постели. А вы, папаша, не станете его наказывать или лишать чего бы то ни было. Относитесь к нему как к образцовому сыну. Вот и все, что я хотел вам сказать относительно Джо”.

Я погрузил Джо в легкий транс и сказал: “Слушай меня, Джо. Вот уже 12 лет ты мочишься в постель. Чтобы научиться спать в сухой постели, потребуется время. В твоем случае времени, возможно, понадобится больше, чем обычно. Все нормально. Ты имеешь право на определенный срок, чтобы научиться спать в сухой постели. Сейчас начало января. Не думаю, чтобы мы добились успеха менее чем за месяц, ну, а февраль вообще короткий месяц, так что решай сам, когда тебе кончать с сыростью, я думаю, неплохо бы к Первому апреля, Дню Дураков”.

Срок от начала января до дня святого Патрика (еще раньше Дня дураков) кажется таким большим для мальчика двенадцати лет. Это по детским меркам. Поэтому я сказал: “Джо, никого не касается, когда ты начнешь сухую жизнь — в день святого Патрика или в День дураков. Даже меня это не касается. Это будет твоя тайна”.

В июне пришла ко мне его мать и сообщила: “У Джо уже давно сухая постель. Я заметила это только сегодня”. Она не могла сказать, как давно это началось. Я тоже не знал. Может, в день святого Патрика, а может, в День дураков. Это тайна Джо. Родители обратили внимание на сухую постель только в июне.

Вот еще один случай ночного недержания. Мальчику тоже 12 лет. Отец перестал общаться с сыном, даже не разговаривал с ним. Когда мать привела его ко мне, я попросил Джима посидеть в приемной, пока мы поговорим с его мамой. Из беседы с ней я извлек два ценных факта. Отец мальчика мочился по ночам до 19 лет, а брат его матери страдал той же болезнью почти до 18 лет.

Мать очень жалела сына и предполагала, что у него наследственное заболевание. Я предупредил ее: “Я сейчас поговорю с Джимом в вашем присутствии. Внимательно прислушайтесь к моим словам и делайте все, как я скажу. А Джим будет делать все, что я ему скажу”.

Я позвал Джима и сказал: “Мама мне все рассказала про твою беду и тебе, конечно, хочется, чтобы у тебя все было нормально. Но этому нужно учиться. Я знаю верный способ, как сделать постель сухой. Безусловно, всякое учение — тяжелый труд. Помнишь, как ты старался, когда учился писать? Так вот, чтобы научиться спать в сухой постели, понадобится не меньше усилий. Вот о чем я попрошу тебя и твоих родных. Мама сказала, что обычно вы поднимаетесь в семь часов утра. Я попросил твою маму ставить будильник на пять часов. Когда она проснется, то зайдет в твою комнату и пощупает простыни. Если будет мокро, она тебя разбудит, вы пойдете на кухню, зажжете свет и ты начнешь переписывать в тетрадку какую-нибудь книгу. Книгу можешь выбрать сам”. Джим выбрал “Принца и нищего”.

“А вы, мамаша, сказали, что любите шить, вышивать, вязать и стегать лоскутные одеяла. Садитесь вместе с Джимом на кухне и молча шейте, вяжите или вышивайте с пяти до семи утра. В семь встанет и оденется отец, а Джим к этому времени уже приведет себя в порядок. Тогда вы приготовите завтрак и начнете обычный день. Каждое утро в пять часов вы будете щупать постель Джима. Если там мокро, вы будите Джима и молча ведете его на кухню, садитесь за свое шитье, а Джим — за переписку книги. А каждую субботу вы будете приходить ко мне с тетрадкой”.

Затем я попросил Джима выйти и сказал его матери: “Все вы слышали, что я сказал. Но я не сказал еще одну вещь. Джим слышал, как я велел вам изучать его кровать и, если в ней мокро, будить его и вести на кухню переписывать книгу. Однажды наступит утро, и постель будет сухая. Вы на цыпочках вернетесь в свою кровать и заснете до семи утра. Затем проснетесь, разбудите Джима и извинитесь за то, что проспали”.

Через неделю мать обнаружила, что постель сухая, она вернулась к себе в комнату, а в семь часов, извинившись, объяснила, что проспала. Мальчик пришел на первый прием первого июля, а к концу июля постель у него уже посто-

яно была сухая. А мать все “просыпала” и извинялась, что не разбудила его в пять утра.

Смысл моего внушения сводился к тому, что мать будет проверять постель и, если она мокрая, то “надо вставать и переписывать”. Но в этом внушении был и обратный смысл: если сухо, то не надо вставать. Через месяц у Джима была сухая постель. А отец взял его на рыбалку — занятие, которое он очень любил.

В этом случае пришлось прибегнуть к семейной терапии. Я попросил мать заниматься шитьем. Мать сочувствовала Джиму. И когда она мирно сидела рядом со своим шитьем или вязанием, ранний подъем и переписывание книги не воспринимались Джимом как наказание. Просто он чему-то учился.

Наконец я попросил Джима навестить меня в моем кабинете. Я разложил переписанные страницы по порядку. Глядя на первую страницу, Джим недовольно заметил: “Какой кошмар! Я пропустил несколько слов, некоторые неправильно написал, даже целые строчки пропустил. Ужасно переписал”. Мы просматривали страницу за страницей, и Джим все больше расплывался от удовольствия. Почерк и правописание значительно улучшились. Он не пропускал ни слов, ни предложений. А к концу своих трудов он был очень удовлетворен.

Джим снова начал ходить в школу. Недели через две-три я позвонил ему и спросил, как идут дела в школе. Он ответил: “Просто чудеса какие-то. Раньше меня в школе никто не любил, никто не хотел со мной водиться. Мне было очень горько, и отметки у меня были плохие. А в этом году меня выбрали капитаном бейсбольной команды и у меня одни пятерки и четверки вместо троек и двоек”. Я просто переориентировал Джима в оценке самого себя.

А отец Джима, с которым я так и не познакомился и который годами игнорировал сына, ездит теперь с ним на рыбалку. Джим не успевал в школе, а теперь обнаружил, что может очень хорошо писать и хорошо переписывать. А это дало ему уверенность, что и играть он может хорошо, и с товарищами ладить. Такая терапия годится именно для Джима.

Приведу случай с еще одним молодым человеком, учеником старших классов. Года за два до того, как я его увидел, у него на лбу выскочил прыщ, и он его выдавил. Подростки всегда сражаются со своими прыщами, дают их нещадно. И вот Кенни два года не оставлял в покое свой прыщ, так что он превратился в огромную язву. У родителей кончилось терпение, и они отвели его к доктору. Тот наложил ему тугую коллодийную повязку, но Кенни машинально продолжал подлезать под повязку и расковыривать фурункул. Доктор пригрозил, что дело может кончиться раком кожи. К каким только наказаниям ни прибегали

родители: били его по рукам, пороли его, отнимали любимые игрушки, не выпускали на улицу играть. В школе Кенни учился только на тройки и двойки, и учителя тоже ругали его. Наконец, родители пригрозили Кенни, что они отведут его к доктору, который лечит психов. Кенни разозлился и стал совсем неуправляемым. Бывали дни, когда его держали на хлебе и воде, что уж тут говорить про мороженое, десерты и торты. Сунут ему банку холодной свинины с бобами, вот и весь обед. В то время как сами родители и сестра питались как положено. Они без конца пилили его за то, что он ковыряет свой лоб, хотя Кенни уверял, что это у него машинально получается, а не нарочно.

Когда родители предложили ему показаться мне, он отказался наотрез, поэтому мне пришлось зайти к ним, когда Кенни был дома. “Кенни, — обратился я к нему, — я знаю, ты не хочешь у меня лечиться, верно?” “Конечно, не хочу”, — ответил он. “Я согласен, это дело твоего выбора. Только послушай, что я скажу твоим родителям”.

Я обратился к папе и маме Кенни: “Вы должны обращаться с Кенни точно так же, как с его сестрой. Кенни будет питаться так же, как и другие члены семьи. Вы вернете ему футбольный и бейсбольный мячи, его биты, лук и стрелы, пневматический пистолет, барабан и все остальное, что вы у него отобрали. Теперь Кенни мой пациент, и лечить я его буду, как сочту нужным. А вы должны обращаться с сыном, как положено нормальным родителям. А теперь, Кенни, согласен быть моим пациентом?” “О чем речь!” — ответил Кенни. *(Смех.)*

“Послушай, Кенни, я думаю, ты не в восторге от своей болячки на лбу, мне она тоже не нравится. Да и вряд ли она кому-нибудь может понравиться. Я буду лечить ее своим способом, но потребуются значительные усилия. Я думаю, ты работы не испугаешься. А работа будет вот такая. В течение недели тебе придется написать тысячу раз следующее предложение: “Я полностью согласен с доктором Эриксоном и осознаю, что продолжать расковыривать болячку на лбу неумно, нехорошо и нежелательно”. И так тысячу раз в неделю в течение четырех недель”. Через две недели болячка зажила. *(Эриксон улыбается.)*

Увидев это, родители воскликнули: “Слава тебе, Господи, наконец-то перестанешь переписывать свое предложение!” На что Кенни резонно ответил: “Доктор Эриксон сказал вам не вмешиваться в лечение. Доктор Эриксон велел мне переписывать в течение четырех недель, что я и выполню”. И выполнил. Каждую неделю он приносил мне свои труды.

Через четыре недели я сказал Кенни: “Все идет хорошо. Ровно через месяц, в субботу, зайти, пожалуйста, ко мне”. “Будет сделано”, — ответил Кенни. И пришел. Я разложил по порядку все его листочки, и мы стали их рассматривать. Прочитав первый лист, Кенни сказал: “Жуткий почерк. Ошибок много,

слова пропущены и строчки кривые”. По мере того как мы переворачивали лист за листом, глаза у Кенни удивленно расширялись и он заметил: “Почерк-то все лучше и лучше. Нет ни ошибок, ни пропусков”. “Скажи-ка, Кенни, — спросил я, — как у тебя дела в школе?” “За последний месяц у меня одни пятёрки и четвёрки. Такого со мной раньше не бывало”.

(Эриксон смотрит на Кэрл и на других студентов.) Надо было направить в другое русло его энергию, которая приносила зло. В результате пациент исцелился, а родители значительно исправились. *(Эриксон улыбается.)* Учителя тоже.

Был у меня десятилетний Джерри, тоже из водоплавающих по ночам. У него был восьмилетний братишка, повыше и покрепче Джерри. Тот блаженствовал в сухой постели.

А над бедным Джерри издевался всяк кому не лень. Родители пороли его и оставляли без обеда. Они принадлежали к одной малочисленной религиозной конфессии. И вот в церкви вся паства молилась, чтобы Джерри перестал мочиться в постель. Такая огласка принесла ему одни унижения и издевательства. На него вешали картонные щиты спереди и сзади и стягивали их матерчатой полосой с надписью: “Я мочусь в постель”. Родители измывались над ним как могли, но он все равно продолжал мочиться.

Я очень подробно побеседовал с родными Джерри и выяснил, что они чрезвычайно религиозны. По моей просьбе они привели мальчика ко мне на прием. Отец с матерью втащили его за руки в мой кабинет и заставили лечь на пол лицом вниз. Я попросил родителей выйти и закрыл за ними дверь. Джерри опол что есть мочи.

Если человек вопит, то иногда ему надо передохнуть. Терпеливо дождавшись, когда Джерри на минуту смолк, чтобы набрать воздуха в легкие, я завопил сам. Джерри изумился, а я сказал: “Это была моя очередь. Теперь твоя”. Джерри снова заголосил. Когда он выдохся, заголосил я. Так мы орали по очереди, пока я не заявил: “Сейчас моя очередь сесть в кресло”. Джерри сел в другое кресло. Теперь я мог поговорить с ним.

“Я знаю, что ты любишь играть в бейсбол. А что ты знаешь о бейсболе? Эта игра требует координации зрения и движений плеча и руки, умения балансировать всем корпусом. Это не просто игра, а наука. Требуется точная координация, согласованность зрения, слуха. Это в футболе нужны ноги да мускулы, чтобы гнать напролом”. Футболом увлекался восьмилетний брат Джерри. *(Эриксон смеется.)* Мы поговорили о бейсболе с научной точки зрения, и Джерри был просто в восторге от моего объяснения всех тонкостей этой игры.

Кроме того, Джерри увлекался стрельбой из лука. Я показал ему, как правильно распределять усилие при стрельбе из лука, как тренировать глаз, учитывать направление ветра, расстояние, угол подъема стрелы, чтобы попасть точно в цель. “Умнейшая игра, — заключил я. — Научное название стрельбы из лука — токсофилия”. Я не пожалел похвал, воздавая должное его успехам в бейсболе и стрельбе из лука.

В следующую субботу, без всякого назначения, Джерри пришел ко мне и мы опять беседовали о бейсболе и стрельбе из лука. Через неделю он опять пришел ко мне по своей инициативе и торжественно заявил: “А ма никак не может бросить курить”. Больше он ничего не добавил. Сам он бросил курить. *(Эриксон смеется.)*

Так он продолжал захаживать ко мне все годы, пока учился в школе. Чего мы только ни обсуждали, но я ни разу не упомянул про “мокрую постель”. Я говорю только о том, что у него хорошо получалось.

Понятно, что сухая постель была целью Джерри. Поэтому я отметил его мускульную, зрительную и сенсорную координацию, а он применил все это где следовало. *(Эриксон улыбается.)*

Лечить пациентов надо индивидуально.

Однажды ко мне обратилась одна пара: он был врач, а его жена — медсестра. Их очень беспокоил шестилетний сын, который пристрастился сосать свой большой палец.

Если он оставлял палец в покое, то начинал грызть ногти. Родители его наказывали, шлепали, пороли, оставляли без пищи, не разрешали вставать со стула, в то время как его сестра играла. Наконец, они пригрозили, что пригласят доктора, который лечит сумасшедших.

Когда я пришел по вызову, Джеки встретил меня, сверкая глазами и сжав кулаки. “Джеки, — обратился я к нему, — твои папа и мама просят вылечить тебя, чтобы ты не сосал палец и не грыз ногти. Твои папа и мама хотят, чтобы я стал твоим доктором. Теперь я вижу, что ты этого не хочешь, но все-таки послушай, что я скажу твоим родителям. Внимательно прислушайся”.

Повернувшись к доктору и его жене-медсестре, я сказал: “Некоторые родители просто не понимают, что надо малышам. Каждому шестилетнему малышу надо сосать палец и грызть ногти. Так что, Джеки, соси свой палец и грызи ногти в свое удовольствие. И родителям не следует к тебе придирааться. Твой папа — доктор и знает, что доктора никогда не вмешиваются в лечение чужих пациен-

тов. Теперь ты — мой пациент, и он не может помешать мне лечить тебя своим способом. А медсестра не должна перечить доктору. Так что не тревожься, Джеки. Соси свой палец и грызи ногти, как все малолетки. Конечно, когда ты станешь большим взрослым мальчиком, лет семи, то сосать палец и грызть ногти тебе уж будет неловко, не тот возраст”.

А через два месяца у Джеки должен был быть день рождения. Для шестилетки два месяца — это вечность. Когда еще будет этот день рождения, поэтому Джеки согласился со мной. Однако каждому шестилетнему малышу хочется стать большим взрослым семилетним подростком. И за две недели до дня рождения Джеки бросил сосать палец и грызть ногти. Я просто воззвал к его разуму, но на уровне малыша.

Терапия должна быть индивидуальной, чтобы учесть особенности каждого отдельного пациента.

(К Салли.) Ты что-то уж слишком неподвижна для молодой женщины, которая не спит. Похоже, ты слушала меня словно в трансе. Вижу, что и остальные слушали словно под гипнозом, верно, за компанию. *(К Анне.)* Ты это лучше всех чувствуешь.

Сколько времени?

Джейн: Без десяти три.

Эриксон: Без десяти три. Я вас вчера спрашивал, верите ли вы в лампу Алладина, потеряв которую, можно вызвать духа. Ну, кто из вас верит, что из лампы может появиться дух? *(К Стью.)* Слышал, наверное, в детстве сказку про Алладина и его волшебную лампу? У меня есть такая лампа Алладина, только осовремененная. Ее и тереть не нужно, включаешь в розетку, а дух тут как тут, самый настоящий. Как думаете, я вам правду говорю или плету нивесьть что? А?

Стью: Смотря на кого этот дух похож.

Эриксон: Она может послать поцелуй, улыбнуться, подмигнуть. Хотите познакомиться с таким прелестным духом?

Стью: Я не совсем понимаю.

Эриксон: Хотите увидеть такого чудесного духа?

Стью: Я не прочь, только ведь это ваша жена. *(Смех.)*

Эриксон: Нет. Это не жена.

Стью: Я бы с ней познакомился.

Эриксон: Это настоящий дух, который выходит из света лампы. (*Обращается к Анне.*) Ты уверена, что хочешь увидеть ее?

Анна: Да.

Эриксон: Ты веришь, что я говорю правду? Или думаешь, что это выдумка?

Анна: Я верю, что вы говорите правду, но здесь есть какой-то трюк.

Эриксон: Трюк? Разве можно назвать прелестную девушку трюком?

Анна: Ну да, если она выходит из лампы Алладина, то конечно...

Эриксон: Но запомните: это мой дух и не пытайтесь ее отбить у меня. Моя жена к ней не ревнует.

Ну-ка, начинайте дезинсекцию. (*Эриксон показывает на мини-микрофоны на лацкане пиджака.*)

Эриксон ведет всех в дом, чтобы показать лампу Алладина и остальную коллекцию. Лампу Эриксону подарил один из его студентов. Это голограмма женской фигуры. Когда свет зажигается, появляется объемное изображение женщины. Если обойти изображение вокруг, то создается эффект, будто она подмигивает, улыбается и посылает зрителю воздушный поцелуй.

Эриксон с гордостью демонстрирует своим гостям коллекцию резьбы по дереву и разные достопримечательности. У него обширная, занимающая всю комнату коллекция резных изделий из железного дерева работы индейцев из племени Сери. Он показывает студентам множество оригинальных подарков. Он часто пользуется ими на своих семинарах для доказательства тех или иных законов психологии.

СРЕДА

(Один из сыновей Эриксона пристроил на стене крестцовую часть коровьего скелета, похожую на голову. В отверстиях тазовой кости, как глаза, светятся две мигающие лампочки. Когда вилку вынимают из розетки, из глаз вылетает электрический разряд, благодаря особому устройству, скрытому за сооружением, прозванным “Мигалкой”).

Эриксон (К миссис Эриксон): Бетти, ты не можешь включить “Мигалку”?

Миссис Эриксон: Сейчас.

Эриксон: Как вам нравится моя подружка “Мигалка”?

Стью: Кажется, она с интересом за нами наблюдает.

Миссис Эриксон: Выключить, Милтон?

Эриксон: Внимание. Смотрите все на “Мигалку”. Она ее сейчас выключит. (Даже после выключения лампочки продолжают мигать.) У “Мигалки” правый глаз побойчее. (Пауза.)

Сегодня утром Кристина сообщила мне, что после транса у нее болела голова. Хорошо, что она сказала об этом позже, а не сразу после сеанса. Головная боль часто является результатом воздействия на мышление человека с целью его перестройки, изменения обычного образа мыслей.

Вы вряд ли заметили, что, наводя транс, я даю внушение таким образом, что если головная боль для данного человека естественная реакция, я ее не снимаю. Но во время внушения я подспудно предупреждаю, чтобы гипнотизируемый не волновался и без причины не пугался.

(Эриксон обращается непосредственно к Кристине.) Что ты почувствовала в связи с головной болью?

Кристина: Когда она возникла, это меня весьма озадачило, но я поняла, с чем это связано, потому что такое со мной уже случалось. Я отношу это к моему первому опыту гипноза. Во время занятий я была расстроена тем, что преподаватели разрешали ученикам делать постгипнотические внушения, хотя у них еще не было достаточной подготовки и они имели слишком мало информации о гипнотизируемых.

Эриксон: Понимаю. Когда я преподавал в Американском обществе клинического гипноза, я давал установку против головной боли всем ... чтобы после семинара или практического занятия никто не испытывал лишних неприятностей.

Кристина: Может, я ошибаюсь, но мне кажется, что индуцирование одного ученика другим — это явное превышение их компетенции.

Эриксон кивает головой и с улыбкой смотрит на Кристину.

Кристина: Я была разочарована, вернее, расстроена, тем, что преподаватели допускали подобную практику. С другой стороны, я ведь не психолог и, возможно, заблуждаюсь. Даже не знаю, права ли я в своих выводах. Сначала я наблюдала, как ученики работают друг с другом. Я не торопилась, и моя очередь пришла последней, но студентка, которая наводила на меня транс, оказалась такой неумелой и давала такие дурацкие установки, что я просто не могла их выполнять. Но я все-таки старалась сотрудничать с ней из вежливости и чтобы не подорвать ее, хотя и скудные, но уже кое-какие знания. Может поэтому у меня разболелась голова. Вероятно, с тех пор головная боль повторяется после каждого наведения транса. Не знаю, права ли я.

Эриксон: Больше не стоит об этом думать.

Мое детство прошло на ферме. В школе мы изучали сельское хозяйство, и я там узнал о роли севооборота. Я решил поделиться своими знаниями с одним старым фермером. Он изо всех сил старался понять мои рассуждения о необходимости первый год засеять поле пшеницей, на следующий — овсом, затем — люцерной и так далее. Потом я узнал, как он жаловался, что у него от меня голова разболелась. (Смеется.) Это потому, что мои поучения требовали изменения всех его обычных представлений. Позже, когда я учился в колледже, мне как-то пришлось торговать книгами в одной этнической сельскохозяйственной общине. И там я узнал одну вещь: севооборот — это не просто взял да и поменял, как тебе заблагорассудится. Обычно глава семейства собирал

своих женатых сыновей и соседей и они вместе обсуждали порядок смены посевов. Каждый фермер работал в соответствии с решением всей общины. А любая самостоятельность вызывала головную боль. *(Улыбается.)*

Что касается поведения, с самого детства наши поведенческие навыки все больше закрепляются и становятся очень жесткими, только мы этого не осознаем. Мы считаем себя свободными, однако это не так. И это необходимо признавать.

(Смотрит вниз.) Вернемся к моей этнической общине, не буду уточнять национальность. Все ее члены занимались фермерством. Я там продавал книги, а ночевал у кого-нибудь из жителей общины, и хозяин всегда брал с меня плату за ужин.

Так получилось, что в один дом я заявился в полдень и попросил разрешения пообедать с хозяевами. Молодой мужчина убирал сено, а отец помогал ему. Прежде чем мы приступили к еде, была прочитана длинная глава из Библии и произнесена пространная благодарственная молитва. После еды опять была произнесена длинная молитва и прочитана еще одна глава из Библии.

Вставая из-за стола, отец достал из кармана бумажник и сказал: “Я съел две средних картофелины с подливкой, два ломтя хлеба и два куска мяса”. Он перечислил все, что съел, посчитал стоимость и заплатил сыну за еду. Я спросил его: “Вы же целый день помогли сыну убирать сено, зачем же вы платите ему за обед?” “Да, я помогал сыну, — ответил отец, — но кормить себя я должен сам, вот я и плачу”.

Однажды я заметил, как молодой человек проехал в своей машине в сторону ближайшего города, не обратив внимания на старика, который брел в том же направлении. Узнав молодого человека, я догнал старика и спросил: “Как же так? До города несколько миль, ваш сын на машине, а вы пешком. Разве он не мог вас подвезти?” “Сын у меня хороший, — ответил старик. — Выключать и включать мотор — на это пойдет лишний бензин, а это не дело. Пустые траты нам ни к чему”. *(Улыбается.)*

А в одной семье из этой общины мне привелось завтракать. Плотно позавтракав, хозяин дома тут же поспешил на заднее крыльцо. Я пошел за ним из любопытства. Со всего двора к крыльцу сбегались куры. Хозяина вырвало, и куры мигом подчистили его завтрак. “В чем дело?” — спросил я, а он резонно, как и другие фермеры, объяснил: “Когда женишься, наступает перемена всей жизни, вот и приходится расставаться с завтраком таким манером”.

Как-то я узнал, что в округе предстоит свадьба. Венчание было назначено на 10.30 утра. Я так рассчитал время на дорогу, чтобы прибыть на ферму, где

была свадьба, к 11 часам. Я обнаружил невесту в коровнике, который она считала, переодевшись в старые башмаки и застиранное платье, а ее муж работал в поле. День был будничным, среда, полно работы, тут тебе не до нежностей. *(Улыбается.)*

Однажды я работал в призывной комиссии, проводил психиатрическое обследование призывников из этой же общины. Мне помогли несколько студентов-медиков и один из моих практикантов по психиатрии. Вдруг подходит ко мне мой практикант в полной растерянности: "Не иначе как я свихнулся. Мне только что пришлось забракать двенадцать молодых фермеров. Здоровье у них в порядке, но каждый жаловался на страшные боли в пояснице раз в неделю. В этот день он не встает с постели, а по хозяйству ему помогают шестеро ближайших соседей, потому что сам хозяин прикован к постели поясничной болью". Я успокоил его: "Нет, ты не свихнулся, просто ты столкнулся с особой этнической культурой".

Как мы уже выяснили, женатого мужчину рвет каждое утро после еды. Каждый проводит день в постели, а шестеро соседей делают за него всю работу. Я также узнал, что больной, в свою очередь, раз в неделю помогает каждому из своих шести соседей, поскольку у каждого есть свой постоянный "поясничный" день.

Практикант смотрел на меня, ничего не понимая. Тогда я объяснил, что когда женится мужчина из этой этнической группы, то он и шесть его соседей собираются для обстоятельного обсуждения. Раз юноша женится, значит, после сношения с женой у него будет болеть поясница и придется весь следующий день лежать в кровати, что женатым соседям уже известно по собственному опыту. Поэтому они совместно решают, кому в какой день недели спать со своей женой *(Смеется)*, потому что на следующий день он инвалид. *(Эриксон трясет головой и смеется.)*

Для меня все это звучало просто забавно, зато мой практикант, между прочим очень влюбленный в свою жену, от всех этих разговоров прямо-таки загорелся. *(Эриксон смеется.)*

Община жила по обычаям. Что дедам было хорошо, то и внукам годится. В то лето, наблюдая за жизнью этой этнической общины, я увлекся антропологией. Считаю, этот предмет полезно знать всем психотерапевтам, потому что у каждой этнической группы существуют свои специфические представления о вещах.

Как-то администрация штата Пенсильвания пригласила меня в город Ири с целью подготовки психиатров для своего штата. Я приехал в Ири в воскресенье,

и меня устроили в главной городской больнице. Я познакомился с сотрудниками больницы, и все они мне понравились. Я был рад нашему будущему сотрудничеству.

Мы все отправились обедать в столовую для персонала. Когда мы туда пришли, один из сотрудников обратился к своему коллеге: “Не пятница ли сегодня?” Крякнув, тот сказал: “Забирай” (*Эриксон протягивает руку*) — и отдал ему свой бифштекс, а официантке заказал для себя банку горбуши.

Если вы спросите у ревностного католика в любой день недели: “Не пятница ли сегодня?” — его религиозное чувство не позволит ему притронуться к мясу. Вот это и продемонстрировал мне его коллега.

Все люди строго ограничены своими индивидуальными рамками. У каждой этнической группы свои понятия дозволенного и недозволенного. Когда меня пригласили прочитать курс лекций в Венесуэле, в Южной Америке, я отправился туда с интересом, предвкушая знакомство с национальными особенностями. С помощью переводчика я объяснил встречавшим меня, что моя жена и я прибыли из Северной Америки и не вполне знакомы с тонкостями венесуэльской культуры, что, возможно, мы невольно нарушим местные обычаи и поэтому надеемся, что нас загодя извинят, поскольку североамериканцы не очень сведущи в тонкостях этикета.

Первое, что я усвоил: не надо беседовать с венесуэльцем лицом к лицу, так как, по его представлению, беседовать подобным образом следует, упершись своей грудью в грудь собеседника. Как заметил Гроучо Маркс: “Стоит тебе придвинуться еще чуть-чуть, и ты окажешься позади меня”. (*Смех.*) Поэтому я всегда старался держать свою трость вот так (*Эриксон показывает, как он выставлял трость перед собой*), поскольку после полиомиелита я так и не смог научиться двигаться спиной назад. Я-то знал, что если азартный собеседник нажмет на меня, я упаду. Вот я и удерживал его на расстоянии своей тростью.

Затем я объяснил пригласившему меня коллеге (через переводчика), что мы с женой наделаем много ошибок, приравниваясь к местным обычаям. Поэтому я попросил, если это возможно, предоставить нам с женой случай побывать на какой-нибудь вечеринке в доме, где будут и другие гости вместе с женами и детьми.

Позже выяснилось, что в гостях собираются обычно одни мужчины. Женщины устраивают свои отдельные посиделки. А если устраивается праздник для детей, то за ними приглядывает специально приглашенная пожилая дама. Нас, однако, пригласили в гости, где собрались мужья, жены и дети, и все встретили нас очень мило.

Но миссис Эриксон совершила грубую оплошность. Она неплохо знала испанский язык и услышала, как старшие школьники спорили о генетической цепочке — сколько хромосом в каждой клетке: 45, 46 или 47? Она включилась в разговор на испанском и назвала правильное число. Это число было неизвестно большинству присутствовавших докторов, а по местным убеждениям, мужчины должны знать гораздо больше женщин. А тут какая-то североамериканка сообщает их детям сведения, о которых их папы и мамы представления не имеют. Это был ужасный промах со стороны Бетти.

Незыблемость представлений. А ведь такие представления есть у каждого пациента. *(Пауза. Вместе с Салли в комнату входит новая слушательница семинара. Обе опоздали на 20 минут.)* Вы у нас новичок, не так ли? Заполните анкету, пожалуйста, для моего учета. *(Сегодня на семинаре присутствуют одиннадцать человек.)*

Сегодня я расскажу вам одну историю болезни, которая подтверждает важность знания антропологии. *(Эриксон просит Стью достать папку. Стью передает ее Эриксону.)*

(Обращаясь к вновь прибывшей.) Как тебя зовут, знакомка?

Женщина: Сара.

Эриксон: Сара Ли?

Сара: Нет. *(Смеется.)*

Эриксон *(Зигфриду)*: Ничего особенного, мой немецкий друг, я просто спросил, может, ее фамилия “Ли”. Сара Ли. Не знаешь, почему я так спросил?

Зигфрид: Нет. Наверное, какая-то игра слов. Я не понял.

Эриксон: Будь любезна, объясни ему. *(Эриксон просит Кристину объяснить, в чем дело.)*

Мой сын назвал свою собаку Сара Ли, ужасно несимпатичное животное. *(Все смеются. Обращаясь к Саре.)* Вам, наверное, не раз приходилось сталкиваться с подобной реакцией?

Сара: Похоже на то. *(Эриксон смеется.)*

Эриксон: Ну, ладно. Несколько лет назад у меня раздался междугородный звонок. Звонил один психолог из Вустера, штат Массачусетс. “У меня сейчас на

приеме юноша шестнадцать лет. Очень способный мальчик, отлично успеваает в школе, но заикается с тех пор, как стал говорить. Он из очень состоятельной семьи, и вот уже 15 лет его отец приглашает к нему психоаналитиков, психиатров, логопедов, физиологов и преподавателей, чтобы исправить его речь. А он только еще хуже заикается. Не могли бы вы взяться за его лечение?" — "У меня для этого просто нет сил".

Через год он мне опять позвонил: "Рику уже семнадцать, он стал еще больше заикаться, пожалуйста, займитесь им". "Я чувствую, что в этом случае понадобится много сил, а у меня их нет", — ответил я.

Несколько дней спустя он мне снова позвонил: "Я переговорил с родителями, и они готовы прислать Рика к вам, если вы согласитесь уделить ему хотя бы один час". "Вы им четко объяснили, что часовая консультация меня не обязывает ровно ни к чему?" — уточнил я. "Да, я объяснил родителям, что час — это час, и они ни на что больше не рассчитывают", — ответил он. "Если их не пугают расходы на дорогу Рика из Массачусетса ко мне и на оплату моей часовой консультации, это их дело, а не мое. Я уделю мальчику ровно один час и не более".

Через несколько дней в мой кабинет вошли Рик и его мать. Одного взгляда было достаточно, чтобы определить их национальность. Рик открыл рот, но вместо слов раздались какие-то невнятные звуки, из которых я ничего не мог понять. Я повернулся к матери, которая явно была родом из Ливана, и попросил ее рассказать о своей семье.

Она и ее муж выросли в одной из ливанских общин. Я попросил ее рассказать о культурных традициях этой общины, что она охотно сделала.

Итак, став взрослыми, они эмигрировали в Массачусетс, решили там пожениться, а затем принять американское подданство. В соответствии с обычаями общины, мужчина там почитается выше Бога, а женщина низведена до такого низкого положения, что ниже уж некуда. Дети обязаны жить с отцом и, пока они в доме, отец остается для них абсолютным повелителем. Дети женского пола — это досадное невезение. Их стараются сбыть с рук, выдав замуж, потому что девушки и женщины годятся только для тяжелого труда и деторождения.

Первый ребенок в браке должен быть мальчиком. Если рождается девочка, муж трижды произносит: "Я с тобой развожусь" — и этого достаточно для развода. Если в приданое за невестой дали, скажем, миллион долларов, муж оставляет все себе. Жене остается только ребенок да то, что на ней надето, ее выгоняют

на улицу — и живи как знаешь. А все потому, что первый ребенок должен быть мальчиком.

Но поскольку они приняли американское подданство, муж не мог сказать жене: “Я с тобой развожусь” — и ему пришлось смириться с ужасным, невыносимым оскорблением: первым ребенком была девочка. Но каково ему было, когда жена родила вторую дочь! И ведь ничего не поделаешь, он — натурализованный американский гражданин.

Рик родился третьим. Чтобы хоть как-то компенсировать отцу нанесенные женой “оскорбления”, Рику следовало, по крайней мере, походить на отца и вырасти высоким, стройным, гибким мужчиной и стать его точным портретом. Рик, напротив, был коренастым, широкоплечим и невысоким (около 170 см). У отца рост был 180 см и стройная фигура. Для него Рик был новым оскорблением: родился третьим, да еще и не похож на него.

Слово отца в семье — закон. Дети, подрастая, начинают работать по дому и в лавке, получая от отца изредка цент, а иногда даже 10 центов. Дети в семье — практически бесплатная рабочая сила, а работают они очень добросовестно, как принято в этой ливанской общине.

Рик стал заикаться, как только начал говорить. И никакие усилия всяческих специалистов, которых богач-отец в течение 16 лет приглашал к Рику, не принесли плодов. Все это я узнал от матери.

Я сказал ей: “Я посвящу Рику еще несколько часов, но при двух условиях: вы можете взять напрокат автомобиль, поехать по окрестностям Феникса и познакомиться с видами Аризоны. Помните, что это говорит мужчина”. Мои слова “вы можете” были восприняты матерью Рика как безоговорочный приказ. *(Эриксон указывает левой рукой на Кристину и слегка меняет интонацию.)* Когда вы будете выезжать на прогулки, ни в коем случае, ни при каких обстоятельствах не вступайте в беседу с ливанцами, поскольку здесь, в Фениксе, есть ливанская колония”. Они обещали слушаться меня.

“Теперь второе условие. У одной моей знакомой есть свой цветочный магазин и небольшая оранжерея. Я сейчас ей позвоню, а вы слушайте, что я буду говорить”.

Я позвонил Минни, так звали мою знакомую, и сказал: “Минни, у меня сейчас на приеме семнадцатилетний юноша, он у меня лечится. Каждый день, в назначенный тобою час, он будет приходить к тебе в магазин или оранжерею. Поручай ему самую грязную работу, какая у тебя только найдется. Когда он войдет, ты его сразу узнаешь”.

Минни сама была ливанка, а двое из ее братьев лечились у меня. Поэтому она меня сразу поняла. “Пусть он работает у тебя два часа, платить ему ничего не надо, даже вялого цветочка не давай. А работу подбери погрязнее. Когда он придет, ты его узнаешь. Здраваться с ним не надо. Ничего не говоря, покажи, что надо делать”. Ни одному уважающему себя ливанцу из упомянутой общины и в голову бы не пришло работать на женщину — это ниже его достоинства. А уж грязная работа, так это исключительно женское дело.

Спустя некоторое время я справился у Минни. Рик являлся как часы. Минни давала задание, главным образом, надо было перетирать вручную землю с навозом. Как мы и условились, Минни с Риком не разговаривала. Рик приходил точно в указанное время, отработывал свои два часа и уходил. Никто с ним не прощался и не разговаривал. Хотя, в соответствии с обычаями, любая ливанская женщина обязана почтительно кланяться мужчине и учтиво разговаривать с ним. А здесь с Риком обращались как с последним отребьем. Итак, Рик работал по два часа, семь дней в неделю, и они с матерью не общались ни с какими ливанцами.

Время от времени я встречался с Риком. Подробно расспрашивал у матери о нем, о сестрах, об их жизни в Вустере, чтобы убедиться в правильности своих выводов относительно причин болезни Рика. После своих нечастых часовых встреч с Риком я сказал его матери: “Я хочу, чтобы вы сняли Рикку жилье на время. Откройте ему счет в банке, а затем первым же рейсом возвращайтесь в Вустер”. “Я боюсь, этого не одобрит его отец”, — сказала мать Рика. (*Эриксон смотрит на Кристину.*) “Женщина, — возразил я, — я не потерплю, чтобы кто-нибудь вмешивался в дела моих пациентов. Иди и делай, как я сказал”. Она сразу поняла, что имеет дело с мужчиной. Мать сняла Рикку жилье, открыла счет и в тот же день отбыла в Массачусетс.

Когда Рик пришел ко мне, я сказал ему: “Я слушал тебя, Рик, и очень озадачен звуками, которые ты издаешь, когда пытаешься говорить. Ты придешь ко мне еще пару раз. Я начинаю догадываться, в чем дело”. Посвятив ему в целом 14 часов, я сказал: “Рик, я внимательно выслушал тебя. Начиная с годовалого возраста, все тебе твердили, что ты заикаешься. На этом сошлись и психоаналитики, и психиатры, и все медики в целом, и учителя, и логопеды, и психологи, и все кому не лень. Я внимательно тебя слушал и не думаю, что ты заикаешься. Даю тебе задание на дом. Возьми два листа бумаги и напиши на них числа от единицы до десяти и алфавит. А затем придумай сочинение на любую тему по своему выбору и принеси мне завтра утром. Это будет доказательством того, что у тебя нет заикания”. Рик удивленно посмотрел на меня, когда я сказал, что у него нет заикания.

На следующий день он принес две странички. Я вам покажу одну. Подчеркнуто мною, чтобы студентам было ясно, что у Рика нет заикания. Достаточно бы-

строго взгляда, не больше (*Эриксон несколько секунд смотрит на листок и передает его Анне, сидящей слева от него в зеленом кресле*), чтобы понять, что Рик не заикается.

У меня есть тайная надежда, что однажды встретится человек, который, глянув на листок, скажет: “Верно, Рик не заикается”.

(*Обращаясь к Анне.*) Ты так долго его созерцаешь, что можно целую диссертацию написать. Передавай дальше, все равно ничего не поняла.

(*Санде, следующей.*) И ты тоже собралась диссертацию написать.

Анна: Мне кажется, я поняла.

Эриксон (Кивает): Передай дальше. (*Страничка переходит из рук в руки. Обращается к Анне.*) Что же ты поняла? В чем доказательство, что он не заикается?

Задание Рика

9 8 7 6 5 4 3 2 1 0*

z y x w v u t s r q p o n m l k j i h g f e d c b a

История жинзи

Я чувствую, что есть другая принича для могео заикания*, которую мы еще не обсуждали. Мне кажется, что это незначительная причина. Вам может показаться, что к моему заиканию это не имеет отношения**.

В детстве, примерно до четвертого класса, я был очень толстый. Даже сейчас у меня вес колеблется. Как только я набираю лишние 10—20 фунтов, я сажусь на диету и пытаюсь похудеть. Вот и сейчас я решил сесть на диету. Я заметил, что когда я нервничаю или расстроен, я полнею, потому что я...

Анна: Вот мои соображения. Он пишет, скорее, справа налево, чем слева направо. Может, оба способа перемешались у него в голове, поэтому у него путаница и в мыслях, и в речи. В этом есть смысл?

*Числа и английский алфавит написаны в обратном порядке. — *Примеч. переводчика.*

**Далее в английском тексте почти в каждом втором слове переставлены буквы, что опущено в русском переводе. — *Примеч. переводчика.*

Эриксон: Это твои соображения?

Анна: Да.

Эриксон: Ну и неверно.

Анна: Неверно?

Кристина: Может, дело в его арабском происхождении? Там ведь пишут справа налево.

Эриксон: Нет.

Зигфрид: Вы, кажется, велели ему написать две страницы, чтобы доказать, что он не заикается?

Эриксон: Он должен был написать числа от единицы до десяти, алфавит и сочинение на две страницы на любую тему. Глянув на первую страничку, я сказал: "Так и есть, Рик, заикания у тебя нет. Сейчас я объясню тебе в чем дело". (*Эриксон берет со стола книгу и читает.*) "Жизнь", "любовь", "есть", "работа", "есть", "оба", "преимущество", "ответственность", "передо мной", "отреагировал", "он". Вы слышали все слова, но не получили от меня никакого сообщения, никакой связной мысли, верно?

(*Эриксон смотрит на страничку Рика.*) Смотрите, что он написал. Я сообщил ему свою мысль: напиши числа от единицы до десяти. Какова же обратная связь? "Девять, восемь, семь, шесть, пять, четыре, три, два один, ноль". Это числовые символы, знаки. Это не числа в определенном порядке от единицы до десяти. Следовательно, он не понял моего сообщения и не ответил на него должным образом. Он написал все буквы, но не алфавит. Снова он не понял моего сообщения, и опять обратная связь не сработала. Возьмем сочинение, каждое второе слово (подчеркиваю, второе) написано неправильно. Как именно? Последние две буквы написаны в обратном порядке.

Рик родился от родителей-ливанцев. Это первая часть семьи, с ними все в порядке. Затем до его рождения родились две сестры, а родители дважды хотели наоборот. Но тут обратного хода нет.

Я объяснил это Рiku и сказал: "Лечить тебя будем так. Возьми любую книгу и читай ее вслух от конца к началу, от последнего до первого слова. Ты научишься произносить слова, не связывая их в мысли. Тебе нужна практика для выработки произношения слов. Читай книгу в обратном направлении, слово за словом, от последнего к первому. Учись произносить слова.

Запомни следующее, Рик. Ты вырос в доме, где главенствует ливанская культура. Я не хочу сказать ничего плохого о ливанской культуре. Она хороша для ливанцев. Но ты и твои сестры родились в Америке и вашей культурой должна стать американская. Вы первосортные граждане Америки. Ваши родители — это второй сорт. Я не в обиду им это говорю, они преуспели, насколько позволили их возможности. Ты можешь и дальше уважать ливанскую культуру, но это не твоя культура. Твоя культура — американская.

Ты семнадцатилетний американский юноша. Ты работаешь в магазине отца, а получаешь изредка то цент, то пять центов, от силы десять. Ливанские дети работают задаром и слепо подчиняются отцу. Но ты не ливанский мальчик, ты американский юноша. Твои сестры — американские девушки. По американским стандартам, ты уже взрослый семнадцатилетний американец. Ты разбираешься в торговых делах магазина не хуже отцовских служащих. Ты скажешь отцу, что будешь рад работать у него в магазине, но пусть он тебе выплачивает зарплату американского рабочего.

Твои родители, конечно, вправе попросить тебя жить с ними в одном доме, но ты имеешь право платить за свою комнату, питание и стирку. Так принято у американцев. Я хочу, чтобы ты объяснил это и своим сестрам.

Воспитанные на ливанских представлениях, твои родители считают, что после 16 лет учиться не надо. Но по американским законам, каждая молодая американка имеет право, если пожелает и если у нее состоятельные родители, получить полное среднее и высшее образование. Это право дает ей американская культура. Очень подробно растолкуй это своим сестрам и помоги им понять, что они граждане Америки, урожденные американки и американская культура теперь для них родная.

В твоём ливанском доме, Рик, тебя с детства научили, как думать, когда думать и в каком направлении. Но ты — американец. (*Эриксон вроде бы смотрит на Кристину.*) Американец думает, когда ему заблагорассудится. Достань хорошую книгу, хороший роман. Прочитай сначала последнюю главу, потом посиди, подумай, поразмышляй, о чем может говориться в предыдущей главе. Прикинь и так, и эдак, а потом прочитай предпоследнюю главу и увидишь, что во многом ошибся. Очень во многом. Прочитай эту главу еще раз и снова погадай о содержании предшествующей главы. И вот к тому времени, когда ты доберешься до первой главы, гадая, предполагая, воображая и размышляя, ты научишься свободно думать во всех направлениях.

А затем, Рик, тебе придется еще кое-чему научиться. Дело вот в чем: в произведении хорошего автора всегда четко прослеживается определенный сюжет, построенный с учетом и знанием логики мыслей и поведения людей. Я тебе

расскажу о своем опыте. Когда я начал читать “Волшебную гору” Томаса Манна, я уже на пятидесятой странице догадался, что герой книги, Ханс Касторп, собирается покончить жизнь самоубийством. Чем дальше я читал, тем больше убеждался в своей догадке. Я понимал, что он прибегнет к разным способам, чтобы покончить с жизнью, но неудачно. И, наконец, меня осенило, что он все-таки покончит с собой, но таким способом, который вызовет общественное одобрение. Так что мне пришлось прочитать целую книгу, Рик, чтобы узнать, как покончить с собой и получить при этом одобрение общества.

Вот еще о чтении книг. Эрнест Хемингуэй — хороший автор. Когда я читал его “По ком звонит колокол”, где-то в начале книги, в определенной психологической ситуации мелькнул один второстепенный персонаж. Поскольку Хемингуэй — автор талантливый, этот персонаж, как я сразу понял, обязательно появится еще раз в такой же психологической ситуации, закрепив тем самым определенную сюжетную линию.

Послушай, Рик, твое лечение сводится к тому, чтобы уважать своих родителей; помнить, что у тебя и сестер есть своя американская культура и научиться свободно мыслить во всех направлениях”.

Рик ушел от меня в глубокой задумчивости. Через пару дней мне позвонил психолог, который когда-то наблюдал Рика. Он был первым после меня, кого Рик навестил. Мой коллега сообщил, что Рик на 90% лучше.

Рик часто писал мне письма. Из них я понял, что он относится ко мне как к отцу. В своих ответах я старался избежать любого сходства с ролью отца. Мои письма, скорее, походили на письма школьного товарища.

Год назад Рик приехал ко мне на Рождество. Речь у него была четкая, плавная и благозвучная. Отец хотел, чтобы он учился в Йеле или Гарварде, но, как самостоятельный американский юноша, Рик выбрал другой колледж. Отец хотел, чтобы он изучал организацию бизнеса. Но Рик сказал: “Я знаю, что не найду работы в большом бизнесе. Я занимался этим предметом в течение семестра, мне он не понравился и я оставил занятия. Меня больше интересует химия или психология”.

Проучившись три года в колледже, Рик задумался: “Нормальный американский студент должен хотя бы частично оплатить учебу своим трудом”.

И вот, когда мы встретились на Рождество, он мне рассказал о себе: “В этом году я закончил третий курс и оставил колледж. В Массачусетсе трудно найти работу. Собираюсь поступить на работу к отцу. Я знаю его дела лучше других сотрудников, и мне назначили американскую зарплату. Я буду платить за жи-

лье, питание и стирку. Одеваться я буду на свои деньги и буду копить, чтобы закончить колледж. Если я накоплю достаточно, я уйду с работы и поступлю в аспирантуру”.

“Молодец, Рик, — одобрил я. — А как твои сестры?” Он ответил: “Мы с сестрами все обсудили, и они согласились со мной, что они урожденные американки и должны жить как американки. Когда им исполнилось по 16 лет, они не бросили учебу. Одна сестра окончила Массачусетский университет и живет самостоятельно. Она преподает в школе. Конечно, по ливанским обычаям, незамужняя девушка должна жить с родителями. Но моя сестра — американка, живет отдельно и любит свою работу. Другая сестра тоже окончила университет, но она была не совсем удовлетворена полученным образованием и поэтому поступила в юридический институт. Теперь она занимается юридической практикой”.

(Обращаясь к группе.) Не знаю, что думают обо мне родители, но я знаю, что они могут гордиться своими тремя детьми. Пожалуй, это случай семейной терапии.

Лечение для матери: “Женщина, ты слышала, что я сказал. Иди и делай”. *(Улыбается и указывает на Кристину.)* Я достаточно разбираюсь в ливанской культуре. Это — смешение многих культур: христианской, мусульманской, зо-роастрийской и других.

Запомните главное: работайте с пациентом, исходя из его представлений о жизни, а не из своих.

Ливанцы могут писать справа налево сколько им угодно, но Рик родился в Соединенных Штатах, а здесь следует писать слева направо. В Америке принято говорить что думаешь и думать самому, прежде чем говорить.

Надо научиться видеть своего пациента и все о нем знать... в этом вся суть.

Конечно, я много узнал о ливанцах, когда лечил братьев Минни. Кстати, они с большим почтением относятся к своей сестре. Они считают Минни умной деловой женщиной и такой же, как они, равноправной гражданкой Америки.

А вот из вас кто-нибудь пытался читать книгу с конца и предугадывать замысел автора? Я думаю, всем стоит попробовать. Почитав несколько начальных глав “Кейнского мятежа”, я сказал жене: “Я знаю, что будет с капитаном Квигом”. А книгу еще надо было читать и читать, чтобы до конца добраться.

Есть одна книга, “Аллея Кошмаров”, где описывается бродячая труппа, которая ездит по всей стране и дает дешевые карнавалы представления. Первой об-

наружила эту книгу моя дочь, Бетти Элис, и посоветовала матери прочитать ее, и обе они рекомендовали книгу мне. Я прочитал первую страницу и спросил у жены и дочери: “Когда вы узнали, как закончится книга?” “Когда дочитали до конца”, — ответили обе. “Прочитайте первую страницу”. Первая страница и была концом книги. “Аллея Кошмаров” очень хорошо рассказывает о карнавалах и о жульничестве. Надеюсь, вы выкроите время и прочитаете эту книгу хотя бы для общего развития. Я убежден, ее должен прочитать каждый врач.

(Здесь Эриксон обсуждает отрицательные стороны отдельных новомодных увлечений в психотерапии. Затем продолжает.) Я считаю ошибочной любую психотерапию, опирающуюся на единую теорию. Ведь все люди не похожи друг на друга.

Вам вряд ли придет в голову пригласить человека в ресторан и указывать ему, что он должен есть. Если вы действительно хотите доставить ему удовольствие, вы предоставите выбор блюд ему самому и по его вкусу. А если вы пригласили гостя к себе домой, а сами не любитель музыки, неужели вы запретите ему слушать музыку и заставите смотреть вестерн по телевизору? Если вы действительно хотите порадовать своего гостя, вы постараетесь узнать его вкусы.

Если вас интересует психотерапия, вас, в первую очередь, должен интересовать пациент.

Рик был американцем, родившимся от ливанских родителей, которые выросли ливанцами. Они поженились и натурализовались в Массачусетсе, но культура этого штата резко отличается от культуры Ливана. Им, взрослым, это трудно было понять.

Ну вот и вся история о Рике. *(Эриксон просит одного из слушателей положить папку на место.)*

Расскажу вам еще один случай. Я вам вчера показывал куколку на часах в моей комнате (во время осмотра дома после вчерашнего семинара).

Однажды мне позвонили из Канады. Женский голос рассказал: “Я — доктор медицины, мой муж — доктор медицины, у нас пятеро детей. Средней девочке 14 лет. Она лежит в больнице с диагнозом “нервная анорексия”. Только за последний месяц она похудела на пять фунтов и весит сейчас 61 фунт (около 28 кг — *Примеч. перев.*). Мы с мужем понимаем, что ее ждет голодная смерть. Ее уговаривают, пытаются поддерживать внутривенно, кормить через трубку, через прямую кишку, но все напрасно”.

Нервная анорексия случается, как правило, у подростков, хотя встречается и у взрослых. Это болезнь, психологическое заболевание, когда человек отожде-

ствяет себя с религией, с Богом, Иисусом, Девой Марией или с каким-нибудь святым. Такие больные добровольно обрекают себя на голодную смерть. Им кажется, что им вполне достаточно одного крекера и стакана воды в день.

Я лично видел в больнице по крайней мере полсотни таких больных, и все они умерли. С должным медицинским тактом доктора прилагали все силы и все профессиональные знания, чтобы спасти их.

Я помню один случай, когда четырнадцатилетняя девочка (она весила всего 59 фунтов — около 27 кг) до того довела заведующего клиникой, что он нарушил профессиональную этику. Он полагал, что ему удастся заставить девочку поесть и изменить свое поведение. Он велел сестре раздеть ее догола, а персоналу приказал ходить вокруг нее и внимательно разглядывать. Но девочка стояла без всякого смущения, не краснея и не отводя глаз, словно на сотни миль ее окружал полный мрак и ни души вокруг. Ей было совершенно безразлично.

Даже затрудняюсь описать эмоциональное отношение таких больных к своей семье. Они смиренные, покорные. Никогда не делают ничего дурного. Всем во всем уступают, но не хотят есть и даже не замечают, что от них остались кожа до кости.

Это жуткое зрелище, когда перед вами стоит четырнадцатилетняя девочка, в которой нет даже полных 28 килограммов. Такие больные, можно сказать, погибают с попустительства большинства медицинских работников, которые во время лечения больше озабочены соблюдением медицинской этики и собственного профессионального достоинства.

Мать девочки прочитала “Необычайную терапию”, книгу Джея Хейли о моих методах лечения, и обратилась ко мне: “Мы с мужем убеждены, что если кто и может спасти нашу дочь, так это вы”. Я ответил: “Дайте мне подумать пару дней и позвоните”. Я обмозговал этот случай и, когда мать снова мне позвонила, пригласил ее с девочкой ко мне в Феникс.

И вот Барби со своей мамой у меня в кабинете. Барби оказалась очень милой, жизнерадостной и умной девочкой, если не считать того, что ее единственной пищей в сутки был один крекер и стакан имбирного эля. И все. Мы начали беседовать с Барби. Я спросил номер ее дома в Торонто — и ответила мамаша. Попросил назвать улицу — и ответила мамаша. Я спросил Барби, в какой школе она учится, — и ответила мамаша. Как называется улица, где находится школа? И ответила мамаша. Беседа с Барби продолжилась и на следующий день, но на все вопросы отвечала мать.

На третий день мать заявила ко мне с жалобой: “Последние три ночи я совершенно не сплю, потому что Барби тихо плачет каждую ночь напролет и не

дает мне спать". Я повернулся к Барби и спросил: "Это правда, Барби?" Мать устала на Барби, и та ответила: "Да. Я не знала, что мешаю маме спать. Прости, пожалуйста". Я заметил: "Знаешь, Барби, твоего "прости" недостаточно. Ты, конечно, не нарочно мешала маме спать, но, мне кажется, тебя надо все-таки наказать". Барби тут же согласилась: "И я так думаю".

Я по секрету предупредил мать, какое это будет наказание. "Мамаша, приготовьте болтушку из одного яйца и пусть Барби съест ее в качестве наказания". Мать сделала яичницу из двух яиц и заставила Барби съесть ее в наказание. Барби восприняла это как наказание, но ее желудок, я думаю, обрадовался этой яичнице, как манне небесной. *(Эриксон улыбается.)* Я переборол ее физиологию, и она добровольно приняла наказание.

За первые две недели Барби поправилась на три фунта, затем похудела на фунт, но снова его набрала.

Так вот, на третий день, когда я по секрету наставлял мамашу, как наказывать Барби, я добавил: "О чем бы я ни спрашивал Барби, за нее неизменно отвечаете вы. Усвойте одну вещь: если я спрашиваю Барби, то отвечать должна она сама. Поэтому, мамаша, отныне прошу вас заткнуться". *(Эриксон делает энергичный жест левой рукой.)*

Представляете потрясение Барби, когда почти незнакомый человек предложил ее матери "заткнуться"? Мне надо было эмоционально спровоцировать Барби и заставить ее кардинально изменить свое эмоциональное отношение к матери. Потому что, пока мать не научилась по-настоящему держать язык за зубами, беседа с Барби была безнадежным делом.

Лечение сводилось к тому, что я рассказывал Барби короткие истории, инскаательные или держащие слушателя в постоянном напряжении, загадочные и скучные тоже. О чем я только ей ни рассказывал. Однажды я рассказал Барби, что моя мать родилась в шикарной избе. Барби выросла в богатой семье, поэтому ей не приходилось слышать из первых рук о ком-нибудь, кто родился в шикарной избе. *(Обращается к группе.)* Хоть вы все университеты пооканчивали, а небось не знаете, что такое шикарная изба.

Шикарная изба — это четырехстенка из неотесанных бревен и с дощатым полом. Я печально поведал Барби, что я тоже родился в избе. В самой заурядной избе, в шахтерском поселке в горах Сьерра-Невада. Три стены были бревенчатые, а четвертая была отвесным склоном горы, а пол земляной.

Я рассказал, как моя мать держала постоялый двор, потому что шахтерский состав все время менялся. Мать приехала в этот поселок из Висконсина. Отец

был одним из совладельцев шахты, и он предложил матери переехать из Висконсина в Неваду и взять на себя постоянный двор. Мать узнала, что главное, за что она отвечает, это продуктовые запасы: соль, перец, корица, пищевая сода, мука, запас сушеных яблок, солонина, соленое сало — все, что понадобится на полгода, потому что торговец приезжал со своим громадным фургоном, который тянули 20 мулов, всего два раза в год. Когда содержишь постоянный двор, нельзя, чтобы запасы кончились раньше срока.

(Обращается к группе.) Представляете, как трудно рассчитать даже любому из вас, если вы сами готовите, сколько продуктов потребуется хотя бы на неделю. На Барби это произвело глубокое впечатление, потому что еще до болезни мать учила ее кухонным премудростям. История ее весьма заинтересовала.

Затем я рассказал ей еще одну быль о своей матери. Они с отцом прожили в браке 73 года и, когда отец умер, мать побыла вдовой всего три часа, но для нее это показалось слишком долго и она последовала за отцом. Эта история повергла Барби в глубочайшие раздумья, потому что трудно представить женщину, бывшую 73 года замужем за одним и тем же человеком и ставшую вдовой всего на три часа.

Я рассказал Барби следующую историю:

В шахтерской бригаде, где мой отец был мастером, работал один шахтер по прозвищу Паскуда Сойер. В те времена каждый носил с собой шестизарядный револьвер. Паскуда Сойер любил убивать из засады и после удачного выстрела делал насечку на рукоятке. Его никак не могли уличить в преступлении, потому что никогда не было свидетелей... Находили только мертвое тело.

Однажды в понедельник утром Паскуда Сойер заявился на работу пьяным. Отец сказал ему: "Пьяному тебе в шахте делать нечего. Иди домой и проспи". Сойер попытался выхватить револьвер, но отец его опередил. "Сойер, — сказал отец, — ты слишком пьян, чтобы выяснять отношения на револьверах". Тогда Сойер предложил отцу объясниться на кулаках. Отец ответил: "Ты так напился, что со своими собственными кулаками не справишься. Уходи и проспи. Если еще раз явишься пьяным, считай себя уволенным".

В следующий понедельник Сойер опять явился пьяным. Все шахтеры собрались вокруг, выжидая, как поступит отец. "Сойер, — сказал отец, — в прошлый понедельник я тебя предупредил: если снова напьешься, уволю. Иди к учетчику, получи деньги и чеши отсюда". *(Кристине.)* "Чесать" значит убираться ко всем чертям *(смеется)*, и чем дальше, тем лучше.

Сойер опять схватился за револьвер, но отец сказал: "Ты слишком пьян, чтобы стреляться со мной. И слишком пьян, чтобы драться. Иди получи свой заработок и чеши".

Шахта находилась далеко в стороне от нашего дома, где оставалась моя мать с двумя сестрами, одна старше меня, другая — младше. Соьер долго бродил в горах, пока добрался до нашего дома. Кто лазил по горам, знает, что это дело нелегкое. За это время Соьер изрядно протрезвел. Поэтому, когда он спросил у матери: “Миссис Эриксон, где можно найти вашего мужа сегодня в шесть вечера?” — она, ничего не подозревая, ответила: “Альберт хотел заехать в Каньон Дэвиса по какому-то делу и к шести вернется домой”. “К шести ты будешь вдовой”, — буркнул Соьер.

Мать вбежала в дом и схватила ружье, чтобы разделаться с Соьером. Но когда она выскочила на крыльцо, ей стало не по себе, Соьера не было видно, но он мог спрятаться за любым крупным валуном и легко подстрелить ее, а с какой стороны — неизвестно. Она вернулась в дом и повесила ружье на место.

К шести часам мать разогрела обед и оставила его на плите, чтобы не остыл. Вот и шесть часов, половина седьмого, без четверти семь, семь часов, половина восьмого, пятнадцать минут девятого, половина девятого, тридцать пять девятого, без двадцати девять, без пятнадцати, без десяти, без пяти, девять часов. Через несколько минут вошел отец. Мать поставила на стол горячую еду и спросила: “Почему ты опоздал, Альберт?” “Я заблудился и попал в Каньон Флоренс, а уж оттуда домой”, — объяснил отец. Мать разрыдалась и сказала: “Я так рада, что ты заблудился”.

“Женщина, — удивился отец, — с чего это ты рада, что я заблудился? И плачешь почему?” Тогда мать рассказала отцу о Паскуде Соьере. “Поставь-ка шамовку обратно на плиту, чтобы не остыла”, — велел он матери, а сам взял свой револьвер и в потемках отправился в Каньон Дэвиса, чтобы разобраться с Паскудой Соьером. Не прошло и нескольких минут, как отец вернулся со смущенным выражением на лице. “Ну и дурак же я. Так он меня там и ждет. Да он уж, верно, из штата слинял”. (*Эриксон смеется.*)

Эта история очень заинтересовала Барби. Я рассказал ей, как моя мать делала запасы на полгода вперед. Разумеется, каждый день пекли пирог из сухих яблок, и он так опротивел шахтерам, что однажды мать решила их побаловать и испекла пирог из кукурузного крахмала с корицей. Он имел бешеный успех. С тех пор это мой самый любимый пирог. Правда, жена и дочери внесли некоторые изменения в первоначальный рецепт.

Мать девочки ужасно устала от всех этих историй. На одном из приемов присутствовал Боб Пирсон, психиатр из Мичигана. К концу часового приема он заявил: “Мне больше невозможно сидеть и слушать твои байки. Ты заставляешь бедную девчужку переживать снова и снова целую палитру разнообразных

эмоций. А в результате я весь в поту". "У этой девочки нужно тренировать эмоции", — ответил я.

Ее родители были очень богаты. Они часто отдыхали в Акапулько и Мехико, на Багамах, в Пуэрто-Рико и Лондоне, Вене и Париже. Они любили путешествовать.

Недели через две (я не мог принимать Барби каждый день, слишком большая нагрузка для меня) мать сообщила мне: "Барби никогда не видела Великий Каньон. Ничего, если мы уедем на несколько дней и полюбуемся Великим Каньоном?" "Великолепная мысль", — поддержал я.

Я спросил Барби, совпадает ли такая поездка с ее желанием. Ведь я ее доктор и должен заботиться о ее здоровье. "Именно поэтому твоя мама привезла тебя ко мне. Тебе следует признавать мой медицинский авторитет. С моей точки зрения, здоровье у тебя в порядке. Тем не менее, я все-таки доктор медицины и обязан не упускать из виду ничего, что связано с твоим здоровьем. С точки зрения медицины, единственное, на чем я буду настаивать, это чтобы ты чистила зубы дважды в день". И Барби обещала чистить зубы дважды в день.

"Чтобы не глотать зубную пасту, будешь смывать ее специальным полосканием. Полоскание тоже не следует глотать. Я прошу, дай мне обещание, что будешь чистить зубы дважды в день и пользоваться полосканием тоже два раза в день". И Барби дала мне твердое обещание в точности выполнять мои указания. Я добавил: "Можешь пользоваться любой пастой, но полоскать рот будешь сырым рыбьим жиром". *(Улыбается.)*

(Обращаясь к группе.) Если вы хоть раз пробовали сырой рыбий жир, то второй раз вас и палкой не заставишь. А вот Барби, свято выполняя обещание, полоскала рот сырым рыбьим жиром. Вы все знаете, что после этого во рту остается такой мерзкий вкус, что человек готов хоть землю пожевать, только бы избавиться от него.

Но Барби отождествляла себя с религией и, дав мне обещание, она попалась. Обещание дано, а для религиозного человека это означает, что его следует свято выполнять. Я велел матери купить большую бутылку рыбьего жира. Одобрив в целом их путешествие, я попросил их обратить особое внимание на Метеорный Кратер, на Окаменевший Лес, на Цветную Пустыню, на Кратер Заката и другие интересные виды, а также напомнил Барби не забыть взять с собой полоскание. Матери я сказал: "С этого момента никогда не напоминайте ей о полоскании. Сделайте вид, что не заметили его исчезновения". Если я хоть сколько-нибудь разбираюсь в подростках, Барби постаралась избавиться от полоскания при первой возможности.

Барби вернулась из своего путешествия по Аризоне, отягощенная чувством глубокой вины. А как это увязать с религией? (*Смеется.*) Барби не могла признаться матери. Боялась признаться мне. Она страдала от чувства вины. Как же теперь отождествлять себя с религией?

Мы с Барби виделись не каждый день. Однажды я сказал матери: “Будьте любезны, встаньте. Какой у вас рост?” — “Сто шестьдесят пять сантиметров”. Вообще-то, мне показалось, что мамаша приврала. Она выглядела выше 170 см. Когда задаешь личные вопросы, некоторые женщины корректируют ответы в свою пользу.

Зигфрид: Я не понял.

Эриксон: Они не дают точного ответа. Она ответила 165 см, а мне показалось 172—175 см. Женщины обычно корректируют ответы на личные вопросы.

Затем я спросил: “А какой у вас вес?” Она очень гордо ответила: “118 фунтов (53,5 кг. — *Прим. перев.*), я весила столько же, когда выходила замуж”. (*Эриксон, не веря собственным ушам.*) “118 фунтов? Вам уже за 40, у вас пятеро детей и вы весите всего 118 фунтов? Мамаша, да это же ниже всякой нормы, серьезно! Самое малое, вы должны весить 130 фунтов (около 59 кг. — *Прим. перев.*) — а еще лучше, 140—145 фунтов (63—65 кг). Мамаша, да вы просто дистрофик, вы недоедаете, и у вас хватило смелости привести ко мне Барби, потому что вам показалось, что она слишком худая? Барби, я тебя прошу, проследи, чтобы после каждой еды, каждый день у твоей мамы ничего не оставалось в тарелке”. Барби взглянула на свою мать совсем по-новому. “А если твоя мама не будет съедать все, что будет положено на тарелку, ты мне скажешь на следующий же день”.

Барби взялась за дело всерьез. Однажды она доложила: “Вчера я забыла вам сказать, что накануне мама приберегла за обедом полсосиски и завернула ее в салфетку, чтобы съесть перед сном”. — “Мамаша, это правда?” Мать покраснела и сказала: “Да”. Я возмутился: “Вы нарушили мои приказы, и вас следует наказать. И я вас накажу, чтобы впредь неповадно было. Это и к тебе относится, Барби. Ты должна была еще вчера сказать мне о мамином проступке, а ты этого не сделала. Целые сутки выжидала. Так что обе будете отвечать. Завтра к девяти утра явится ко мне с булкой белого хлеба и куском сыра, простого американского сыра”.

Когда они пришли, я велел им отрезать два толстых ломтя хлеба, положить сверху по толстому куску сыра и поставить сковородку в духовку, пока сыр не расплавится и не зарумянится, затем положить по толстому куску сыра на другую сторону ломтей и снова запечь в духовке. Затем я заставил их съесть до

последней крошки эти сырные бутерброды. Это очень питательно. Вот такое наказание.

Я заявил им без обиняков: “Полагаю, вы не питаете ко мне симпатий. И мой способ лечения, видимо, вам не по душе. Поэтому решайте сами, какой вес вам надо набрать до отъезда домой”. Мать остановилась на 125 фунтах (около 57 кг. — *Прим. перев.*). “А ты, Барби, можешь предпочесть 75 фунтов (34 кг), но я бы на твоём месте выбрал 85 фунтов (38,5 кг). Давай, ни вашим, ни нашим — 80 фунтов”. Но Барби выбрала 75 фунтов. “Хорошо, — сказал я, — поедешь домой, когда будешь весить 75 фунтов, но если дома ты не доберешь еще 5 фунтов в течение месяца, у твоей мамы есть мой приказ привезти тебя обратно ко мне и уж лечить тебя я буду сколько захочу. И вряд ли это тебе понравится”.

С этого дня Барби и ее мама стали поправляться. Мать все время докладывала отцу о прогрессе по телефону. Когда Барби весила 75 фунтов, а мать 125, отец с остальной семьей прилетели в Феникс познакомиться со мной.

Сначала я побеседовал с папой: “Сколько вам лет? Какой рост? Какой вес?” Когда он ответил, я заявил ему: “Для человека вашего возраста и роста вы не дотягиваете до нормы целых пять фунтов. Может, у вас в семье наследственный диабет?” “Нет, — ответил он. “Тогда это просто позор, своей худобой, этими пятью фунтами недовеса, вы подаете дурной пример дочери и, более того, подвергаете смертельному риску ее жизнь”. Я сурово отчитал папашу, чем привел его в полное замешательство.

Проводив его из кабинета, я позвал двух старших детей и спросил: “Когда Барби заболела?” Они ответили, что около года тому назад. “А в чем это проявилось?” — “Когда мы предлагали ей угощение, фрукты, конфеты или подарки, она всегда отвечала: “Я этого не заслужила, оставьте себе”. Мы и оставляли”.

Их я тоже отчитал за то, что они лишали свою сестру ее конституционных прав. Барби имеет право получать подарки, объяснил я им, и неважно, что она с ними сделает. Пусть даже выбросит, но получать их имеет право. “Барби сказала, что не заслуживает подарков, а вы и обрадовались, скорей все расхватали, только о себе и думаете”. Досталось им на орехи. Отослав старших детей, я позвал Барби.

“Барби, когда ты почувствовала, что заболела?” — спросил я. “В прошлом марте”, — ответила Барби. “В чем проявлялась твоя болезнь?” — “Когда мне предлагали еду, фрукты, конфеты или подарки, я всегда отвечала: “Я это не заслужила, оставьте себе”. “Барби, мне стыдно за тебя. Ты лишила своих родителей и остальных членов семьи права делать тебе подарки. Неважно, что ты с ними

потом сделаешь, но они должны иметь право делать тебе подарки, и вот это право ты у них отняла. Мне стыдно за тебя. Тебе тоже должно быть стыдно”.

(Эриксон обращается к Стью.) Дай мне, пожалуйста, вот эту историю болезни. *(Стью достает нужную папку.)*

Барби согласилась, что она должна позволить родителям и старшим детям делать ей подарки. Может, они ей и ни к чему, но нельзя же лишать их права делать подарки.

То, о чем я расскажу, случилось 12 марта. Барби приехала ко мне 11 февраля. Я провел с ней в целом 20 часов. 12 марта был день свадьбы моей дочери. Я не видел, но мои дочери сообщили мне, что Барби съела кусок свадебного пирога по своей охоте. Накануне отъезда Барби спросила, не буду ли я возражать, если она сядет ко мне на колени, прямо в коляску, а ее брат фотографирует нас.

Вот эта фотография: Барби, уже набравшая 75 фунтов, сидит у меня на коленях, а я сижу в своей инвалидной коляске. Передайте друг другу. *(Эриксон передает фотографию Барби, сидящей у него на коленях.)*

На Рождество Барби прислала мне фотографию с Багамских островов, где она стоит рядом с Санта Клаусом. *(Эриксон передает и эту фотографию студентам. Девочка выглядит всящей нормально для своего роста.)*

Барби увезла с собой рецепт пирога с корицей. Она написала мне, что сама испекла пирог и вся семья его расхваливала.

Мы поддерживали переписку. Я знал, что до полного выздоровления Барби еще далеко. Девочка присылала мне подробные письма и в каждом письме было, хотя и косвенное, упоминание о пище. Например: “Завтра мы будем сажать огород. Помидорная рассада принялась очень хорошо. Скоро у нас будет своя зелень к столу”.

Совсем недавно я получил еще одну фотографию от Барби. Ей уже 18 лет, она извинилась, что фотография получилась не в полный рост. *(Эриксон передает фотографию студентам.)* Она обещала прислать мне свое изображение во весь рост.

В двух последних письмах Барби прислала мне полное описание своей болезни — нервной анорексии. Я вылечил лишь первую стадию. Но, как правило, первая — она же и последняя, поскольку первая стадия — это добровольная голодная смерть. Это я предотвратил. На этой стадии больной чувствует себя

недостойным, ни на что не способным, ничтожным и никому не нужным. Он молча уходит в религию, в прямом смысле отрешается эмоционально от родителей и медленно погибает от голода, даже не осознавая этого.

Если такого больного удастся вытащить из первой стадии, он начинает переедать и чрезмерно полнеть. На этой стадии больной кажется себе неловким, уродливо полным, не способным вызвать чью-либо симпатию или любовь, страдает от одиночества и депрессии. Эту стадию Барби преодолела с помощью одного канадского психиатра. Ко мне обращаться ей не пришлось.

Далее, третья стадия — колебания веса. Резкая прибавка в весе, затем возвращение к норме, опять вес подскакивает и снова приходит в норму. И, наконец, конечная стадия.

Барби писала: “Я прошла через все стадии и все еще не чувствую себя в норме. Вы увидите на последнем снимке, как я сейчас выгляжу. Я поставила перед собой цель набраться храбрости и пойти на свидание с мальчиком”. В своем ответе я написал, что был бы рад ее увидеть и почему бы ей не приехать навестить меня. А я уж позабочусь, чтобы она взобралась на Пик Скво, погуляла в Ботаническом саду, побывала в Музее Херда, в картинной галерее. Что касается свидания, то это я ей обеспечу. (*Эриксон смеется.*) Тогда она и этот страх преодолет.

Барби написала мне о двух других девочках, страдающих от этой же болезни, и о том, как она их жалеет. Она спрашивала у меня, стоит ли ей рассказать этим девочкам о собственном случае. Я отвечал: “Барби, когда я только тебя увидел, мне тоже хотелось тебя пожалеть, но я знал, что это лишь ускорит твою смерть. Поэтому я стал обращаться с тобой так жестко и сурово, как только мог. Пожалуйста, избавь этих девочек от своей жалости. Этим ты только подтолкнешь их к могиле”. Барби написала в ответ: “Вы совершенно правы, доктор Эриксон. Если бы вы стали меня жалеть, я бы подумала, что вы притворяетесь, и убила бы себя. Но вы были так неприветливы со мной, что я должна была поправиться”. (*Обращаясь к группе.*) Однако медики так чертовски профессиональны и так крахмально величественны, что лечат нервную анорексию “как положено”, по таким же величественным, как они сами, канонам — лекарствами, питанием через трубку и капельницами, — а организм отвергает всякую пищу. А я превратил пищу в наказание — и дело пошло. (*Эриксон улыбается.*)

Понимаете, когда работаешь с пациентом, главное — это делать то, что пойдет пациенту на пользу. А что до моего величия... то провались оно пропадом. (*Смеется.*) Мне и без него неплохо в этом мире. Мне ни к чему пыжиться, что-

бы выглядеть важным и сведущим. Я делаю то, что побуждает пациента к правильным действиям.

Подайте мне вон ту коробку, пожалуйста. (*Эриксон указывает на коробку на полке справа от него. Стью подает ее ему.*) А вот очень важный пример.

Одна моя студентка рассказала мне, что она проводит семейную терапию в одной семье, состоящей из отца, матери и умственно отсталой дочери двадцати лет. С родителями у нее хлопот нет, но дочка каждый раз закатывает истерики. Я ей объяснил: “Это потому, что у тебя все по науке, профессионально и бесстрастно. А твоя задача — хоть из кожи вон вылезти, заставить пациента начать что-то делать”.

Моя студентка вернулась в свой Мичиган и продолжила лечение. Вот что сотворила та самая девица, что билась в истериках. (*Показывает небольшую тряпичную корову пурпурного цвета.*) Это же просто произведение искусства! Вряд ли у кого-нибудь из вас хватит таланта сделать нечто подобное.

Неясно, правда, почему корова оказалась пурпурной (*смеется*), наверное, моя студентка подсказала, что я ношу все пурпурное... (*Обращается к Зейгу.*) Как следует сфотографировал, Джефф? Теперь у этой заторможенной девушки не бывает никаких припадков. Она знает, что может что-то делать. Делать вещи, которые вызывают у людей восхищение. А сколько сил уходит на истерику? Не меньше, чем ушло на эту пурпурную корову. (*Эриксон убирает ее обратно в коробку.*)

Ну, кто из вас взбирался на Пик Скво?

Анна: Еще не успела. (*Половина студентов поднимают руки.*)

Эриксон: А тебя как зовут, Аризона? Ты ведь учишься в Университете штата Аризона, так? (*Спрашивает у Салли.*)

Салли: Только что окончила.

Эриксон: На Пик Скво лазила?

Салли: Да.

Эриксон: Молодец. А ты? (*К Саре.*)

Сара: Еще нет.

Эриксон: Ты давно живешь в Аризоне?

Сара: Семь лет.

Эриксон: Повтори громче.

Сара: Семь лет.

Эриксон (Не веря своим ушам): И до сих пор не поднималась на Пик Скво? Когда же ты соберешься?

Сара: Зато я другие пики одолела. *(Смеется.)*

Эриксон: О других пиках я не спрашиваю.

Сара (Смеется): Обещаю залезть на Пик Скво.

Эриксон: Когда?

Сара (Смеется): Нужна точная дата? В конце лета, когда станет прохладнее.

Эриксон: На рассвете прохладно.

Сара (Смеется): Вы правы. Прохладно.

Эриксон: А в Ботаническом саду была?

Сара: Да, была. *(Салли отрицательно качает головой.)*

Эриксон (Обращается к Салли): Ты не была. *(Ко всей группе.)* Кто из остальных побывал в Ботаническом саду? *(Обращается к Салли.)* Что скажешь в оправдание?

Салли: Я не знаю, где он находится.

Эриксон: Вот и узнай, договорились?

Итак, вас научили понимать психотерапию как упорядоченный процесс, включающий изучение истории болезни, получение подробной информации о проблемах пациента, а затем его обучение правильному поведению. *(Обращается к группе.)* Верно? Хорошо.

(Говорит глядя в пол.) Один психиатр из Пенсильвании в течение 30 лет занимался лечебной практикой, но без особого успеха. А если точнее, он вообще

забросил практику, а медицинская документация была у него в полном беспорядке. Три раза в неделю в течение тринадцати лет его вел психоаналитик. У него был шестилетний стаж супружеской жизни. Его жена терпеть не могла свою работу, но была вынуждена продолжать ею заниматься, чтобы кормить себя и мужа. Она тоже посещала психоаналитика три раза в неделю — в течение шести лет. Узнав обо мне, они приехали в Феникс, чтобы пройти у меня супружескую терапию.

Всю эту информацию я получил от них самих. “Вы на Западе в первый раз?” — спросил я. “Да”, — ответили они. “Вокруг Феникса очень красивые места, советую их повидать. Поскольку вы здесь впервые, вам, доктор, я рекомендую взобраться на Пик Скво. Вам понадобится на это три часа. Вашей жене я советую побывать в Ботаническом саду и тоже провести там три часа. А завтра придете и расскажете о своих впечатлениях”.

На следующий день они пришли ко мне. Доктор был в полном восторге. “Подъем на Пик Скво, — заявил он, — это самое замечательное из всего, что я сделал за свою жизнь. Событие просто перевернуло мои представления, мое мироощущение”. Он даже не представлял, что пустыня в окрестностях Феникса может быть такой прекрасной. Доктор так и булькал от восторга и заявил, что полезет на гору еще раз.

На мой вопрос, как ей понравилось в Ботаническом саду, жена доктора ответила: “Я проторчала там три часа, как вы сказали. Более скучного времяпровождения у меня не было за всю жизнь. Все одно и то же, одно и то же, видено-перевидено. Я поклялась, что ноги моей больше не будет в этом Ботаническом саду. Скука смертная. Три часа умирала от скуки”.

“Хорошо, — подытожил я. — Сегодня в полдень, доктор, вы пойдете в Ботанический сад, а вы, мадам, подниметесь на Пик Скво. А завтра явитесь ко мне с докладом”.

Они пришли назавтра до полудня. Доктор заявил: “Мне так понравилось в Ботаническом саду, это просто чудо! Меня прямо охватил какой-то восторженный трепет. Вокруг эта роскошная разнообразная зеленая жизнь, бушующая, невзирая на сложный климат — уже три года нет дождей и стоит такая жара. (Они приехали ко мне в июле.) Я еще не раз побываю в Ботаническом саду”.

Я повернулся к жене и услышал: “Ну, вошла я на эту чертову гору. (Смех.) И на каждом шагу проклинала и гору, и себя, но больше всего вас. Просто не пойму, какой черт понес меня на эту гору. Скучища. Я изругала себя ругательски, но ведь полезла, потому что вы велели. Добралась я до вершины. Правда, на несколько минут я испытала некое удовлетворение, но этого хватило нена-

долго. А уж как я чертыхалась на вас и на себя, пока ползла вниз! Я поклялась, что на эту гору больше никогда не полезу, ищите других дураков”.

“Хорошо, — заметил я. — До сих пор задания давал я. А сегодня выбирайте задание по своему вкусу, каждый отдельно, а завтра приходите с отчетом”.

На следующее утро доктор доложил: “Я опять пошел в Ботанический сад. Так и ходил бы туда снова и снова. Дивное место! Я наслаждался каждой секундой. Не хотелось уходить. Скоро я туда опять пойду”.

Когда я повернулся к жене, она тут же завелась: “Хотите верьте, хотите нет, но я опять лазила на Пик Скво. Только на этот раз я чертыхалась в ваш адрес еще более изощренно. Я изругала себя за то, что я такая беспросветная дура. Всю дорогу вверх я только и делала, что ругалась. Не могу не признаться, что на верхушке я испытала краткий миг удовольствия. Но на спуске воздух буквально загустел от проклятий, которые я изрыгала в свой и ваш адрес и в адрес чертовой горы”.

“Прекрасно. Я доволен вашими отчетами. Ваша супружеская терапия завершена. Покупайте билеты на самолет и возвращайтесь в Пенсильванию”.

Что они и сделали. Через несколько дней раздался междугородный звонок, говорил доктор: “Моя жена у параллельного аппарата. Она подала на развод. Я хочу, чтобы вы ее отговорили”.

“В моем кабинете никогда не шла речь о разводе, — ответил я, — и я не собираюсь обсуждать этот вопрос по междугородному телефону. Ответьте мне только на один вопрос: что вы оба ощущали на обратном пути в Пенсильванию?” Они ответили: “Мы были чрезвычайно озадачены, сбиты с толку и смущены. Мы все думали, зачем мы вообще к вам приезжали. Для чего вы заставили нас влезать на Пик Скво и ходить в Ботанический сад?” По возвращении домой жена заявила мужу: “Я возьму машину и поеду покататься, чтобы вся эта чушь выветрилась из головы”. “Прекрасная мысль!” — согласился он и сказал, что тоже поедет покататься для прочистки мозгов. Жена сказала мне, что она напрямик отправилась к психоаналитику и дала ему отставку, а затем поехала к своему адвокату и поручила ему возбудить дело о разводе. А муж рассказал: “Я немного покатался, а потом поехал к своему психоаналитику и отказался от его услуг, затем поехал к себе на работу и стал там прибираться, заполнять истории болезней и расставлять папки по порядку”. “Спасибо за информацию”, — ответил я.

Сейчас они в разводе. Бывшая жена нашла себе работу по душе. Она устала от этого бесконечного подъема на гору супружеских огорчений и от этого крат-

кого мига покоя в конце дня — “Слава Богу, день кончился”. Рассказывая о подъеме на Пик Скво, она как бы рассказывала о своей жизни.

А финал истории таков: их психоаналитик и его жена приехали ко мне. У доктора с женой был один и тот же психоаналитик. После беседы со мной они тоже развелись и оба счастливы.

Бывшая жена психоаналитика поделилась со мной: “Я, наконец, впервые могу жить собственной жизнью. Мой бывший муж превратил весь дом в свой приемный кабинет, а меня — в свою служащую. Он был весь поглощен своими пациентами. Я для него ничего не значила. Нам только казалось, что у нас счастливый брак, но, вернувшись из Аризоны, я поняла, что мне надо делать. Тем более, что передо мной был пример того, другого, доктора и его жены после вашего лечения. Развода я добилась с трудом, поскольку мой муж оказался страшным эгоистом. Он отказался назначить мне содержание и требовал, чтобы я собрала свою одежду и убиралась из дома, и сама искала себе работу и жилье. Он считал, что в доме мне ничего не принадлежит. Моему адвокату пришлось изрядно потрудиться. Муж твердил, что ему нужен весь дом для его работы и его пациентов. И всю мебель тоже оставил себе.

Теперь, когда мы развелись, у меня есть свой дом, а муж получил полагающуюся ему долю нашего совместного имущества. Я нашла себе работу, которая мне нравится. Если мне хочется, я могу пообедать в ресторане или пойти в кино. До сих пор я об этом только мечтала. Между прочим, мой бывший муж тоже сильно изменился. Он стал встречаться с друзьями и обедать вне дома. У нас с ним хорошие отношения, но ни малейшего желания пожениться вновь”.

Зигфрид: А как вы сразу все о них распознали? Вы заранее рассчитывали на такой результат?

Эриксон: Я видел и слышал их у себя на приеме единственный раз. Когда психоаналитик заявил, что он практикует уже тринадцать лет, но не может похвалиться успехами и образцовым кабинетом — мне все стало ясно. А тут еще его жена стала жаловаться, что не была счастлива ни единого дня в своей замужней жизни, что не любит свою работу, хотя и занимается ею шесть лет, и что жизнь ее безрадостна... Разве этого не достаточно? Таким образом, мое лечение было таким же символическим, как и их рассказ о своей жизни. Не было нужды спрашивать доктора, есть ли у него братья, мне и без этого было ясно, что он потратил впустую тринадцать лет жизни, а его жена потеряла шесть лет своей жизни. Нужно было заставить их что-то предпринять. Теперь перед ним открылась новая жизнь, а она избавилась от давящей скуки безрадостного существования.

Лечение в руках самого пациента. Врач только создает необходимый климат, делает погоду. Вот и все. А остальную работу должен проделать пациент.

Вот еще один случай. В октябре 1956 года меня пригласили выступить на Всеамериканском совещании психиатров по вопросу о применении гипноза в главной бостонской больнице штата.

За программу встречи отвечал доктор Л. Алекс, работавший в этой больнице. Когда я приехал, он попросил меня не только прочитать лекцию о гипнозе, но и показать кое-что из техники, если это возможно. Я спросил, на кого мне придется воздействовать. “Выберете кого-нибудь из участников встречи”, — ответил он. “Нет, это не совсем то, что надо”, — возразил я. “Ну, так пройдите по палатам и выберите то, что вам надо”, — предложил доктор Алекс.

Я ходил из палаты в палату, пока не заметил двух беседующих медсестер. Я понаблюдал за ними, за их поведением. Когда они кончили разговаривать, я подошел к одной из них, представился и сказал, что буду читать лекцию о гипнозе на совещании и не согласилась бы она стать объектом внушения. Она ответила, что о гипнозе ничего не знает, ничего на эту тему не читала и никогда не видела, как это делается. “Тем лучше, — заметил я, — из вас получится отличный объект”. “Если вы считаете, что у меня получится, я буду очень рада помочь”. Я ее поблагодарил и добавил: “Уговор дороже денег”. “Конечно”, — ответила она.

Я сказал доктору Алексу, что буду работать с сестрой Бетти. Он так и взвился. “С ней нельзя работать. Она уже два года проходит курс психоаналитической терапии. У нее компенсированная депрессия (т.е. серьезное депрессивное состояние, но пациент борется с болезнью, продолжает работать, невзирая на угнетенное, тоскливое состояние).

Доктор Алекс добавил: “У нее ведь еще суицидальный синдром. Она уже раздала все свои украшения. Бетти — сирота, у нее нет ни братьев, ни сестер, а дружит она только с сестрами из нашей больницы. Бетти раздала многое из своих вещей и одежды. Мы уже получили от нее заявление об уходе”. (Я не помню, с какого числа она просила ее уволить, кажется, с 20 октября, а разговор состоялся 6 октября.) “Как только уволится, она тут же покончит с собой. Нет, ее нельзя использовать”.

Протестовали все: и лечивший Бетти психоаналитик, и доктор Алекс, и персонал больницы, и все сестры. “К сожалению, мы с Бетти договорились работать с обоюдного согласия. Если я пойду на попятный и откажу ей, при ее депрессии, она воспримет мой отказ как свою полную ненужность и покончит с собой в тот же вечер, не дожидаясь 20 октября”. В конце концов я их убедил.

Я показал Бетти ее место в зале, среди участников совещания. Закончив лекцию, я обратился по очереди к нескольким присутствующим, чтобы продемонстрировать несложные приемы гипноза. Затем я сказал: “Бетти, встань, пожалуйста. Теперь медленно иди к сцене. Иди прямо на меня. Сейчас иди не очень быстро и не очень медленно, но с каждым шагом входи постепенно в транс”.

Когда Бетти, наконец, оказалась на сцене, стоя прямо передо мной, она уже находилась в очень глубоком трансе. “Где ты сейчас находишься, Бетти? — спросил я. “Здесь”, — ответила она. “Где здесь?” — “С вами”. Я спросил: “А где мы?” “Здесь”, — опять ответила она. “Что там?” — спросил я. *(Эриксон указывает в сторону воображаемой аудитории.)* Бетти ответила: “Ничего”. “А там что?” *(Эриксон указывает позади себя.)* “Ничего”, — ответила она. Другими словами, у нее была полная негативная галлюцинация на окружающее. Ей был виден только я. Я продемонстрировал катаlepsию и анестезию кисти. *(Эриксон щиплет себя за кисть руки.)*

Тогда я сказал Бетти: “Неплохо было бы нам с тобой побывать в Бостонском дендрарии. Мы можем это легко осуществить”. Я рассказал ей об искажении времени, как можно расширить или сжать время. “Итак, время расширилось, и каждая секунда стала днем”.

Она представила, что мы с ней находимся в дендрарии. Я показал ей, как погибают однолетние растения, поскольку уже наступил октябрь, как меняют цвет листья, как это обычно бывает в Массачусетсе в октябре. Я показывал ей разные деревья, кустарники и вьющиеся растения и обращал ее внимание на разнообразный узор листьев. Следующей весной снова высадят однолетние растения. Я рассказывал, как цветут разные деревья, какие они приносят плоды, какие у них семена и как птицы, поедая плоды, разносят семена, которые могут прорасти в подходящих условиях и дать жизнь новым деревьям. Я очень подробно рассказал о дендрарии.

Затем я предложил отправиться в бостонский зоопарк. Там, как мне известно, родился маленький кенгуренок, и, может, нам повезет, и он вылезет из маминной сумки и покажется нам. Я объяснил, что новорожденных кенгуров называют “джои” и что размером они не более двух с половиной сантиметров. После рождения они доползают до маминной сумки, присасываются к соску и уже не могут его выпустить благодаря особым физическим изменениям, происходящим во рту кенгуренка. И вот он сосет, и сосет, и сосет, а сам растет. Я думаю, он месяца три сидит в сумке, прежде чем выглянуть наружу. Мы осмотрели кенгуров, полюбовались на малыша, выглянувшего из сумки. Навестили тигров и их котят, львов и львят, медведей, мартышек, волков и всех остальных животных.

Затем мы побывали у птиц и познакомились со всеми видами. Я рассказал о перелетах птиц, о том, как полярная морская ласточка проводит короткое лето в арктической зоне, а затем улетает на самую южную оконечность Южной Америки, преодолевая расстояния в 10.000 миль. Она проводит там зиму (т.е. время, которое для Южной Америки является летом) и возвращается обратно, используя свою непонятную людям систему наведения. Птицам не нужен компас, без которого человеку не обойтись.

Наконец, мы возвратились в больницу и, под моим внушением, она увидела сидящих в зале и разговаривала с доктором Алексом. Все это время она оставалась в состоянии транса. По моей просьбе она описала то же состояние тяжести и другие ощущения, о которых упоминала и Кристина. Бетти ответила также на вопросы присутствующих. Затем я предложил ей прогуляться в сторону взморья, к месту, известному как Бостон Бич.

Я рассказал, что Бостон Бич существовал задолго до того, как пуритане осели в Массачусетсе. Это было любимое место индейцев. Да и первые поселенцы не могли не отметить красоту этого побережья. А сейчас это любимое место отдыха для многих поколений и останется таким на долгие времена.

Мы любовались океаном. Сначала он был совершенно спокоен, затем поднялись штормовые волны, а за ними огромные водяные валы. Постепенно шторм стих и только набегал и откатывался прилив. Я опять вернул ее в больницу.

Продемонстрировав еще кое-какие элементы гипнотического состояния, я сердечно поблагодарил Бетти за бесценную помощь и за то, что она так многому научила присутствующих, разбудил ее и, продолжая рассыпаться в благодарностях, отправил в палату.

На следующий день Бетти не вышла на работу. Сотрудники переполошились и послали к ней домой. В доме не было никаких следов Бетти, ни записки, ни ее больничной униформы... только ее обычная одежда. Вызвали полицию, но тела Бетти так и не смогли найти. Она исчезла, как будто ее и не было вовсе. В самоубийстве Бетти винили доктора Алекса и меня.

На следующий год я снова читал лекции в Бостоне. Надо мной и доктором Алексом все еще продолжало висеть тяжкое обвинение.

Лет через пять все, кроме доктора Алекса и меня, постепенно забыли о Бетти. Прошло еще десять лет, но о Бетти так ничего и не стало известно. Шестнадцать лет спустя, в июле 1972 года, у меня раздался междугородный звонок — вызывали из Флориды. Я услышал женский голос: "Вы меня, наверное, не помните. Это Бетти, медсестра, с которой вы проводили сеанс гипноза в бостонс-

кой больнице в 1956 году. Мне сегодня как-то подумалось, что вам, возможно, будет интересно узнать, что со мной произошло”. “Еще бы не интересно!” — ответил я. *(Студенты смеются.)*

“Закончив свою смену в больнице, я в тот же вечер направилась в вербовочный пункт военно-морского флота и тут же завербовалась медсестрой в военно-морской медицинский корпус. Я отслужила два срока, была демобилизована во Флориде и устроилась на работу в больнице. Я познакомилась с отставным офицером военно-воздушных сил и мы поженились. Сейчас у меня пятеро детей и я продолжаю работать в больнице. А сегодня я вдруг подумала, что вам, возможно, хотелось бы узнать, как сложилась моя судьба”. Я попросил разрешения рассказать о ней доктору Алексу. “Ради Бога, мне все равно,” — ответила она. С тех пор мы ведем активную переписку.

Что я хотел сказать, когда внушил ей, что мы находимся в дендрарии? Вот жизнь во всех ее проявлениях: в настоящем, в будущем, в цветах, плодах и семенах, в разнообразии листовых узоров. И в зоопарке перед нами была жизнь, подрастающая и зрелая, с ее необычайным чудом — перелетом птиц. Затем мы любовались берегом океана, как любовались до нас многие поколения людей и еще многие будут любоваться в будущем, воплощая в себе непрерывную нить жизни. И всех их завораживали неразгаданные тайны океана: миграция китов и морских черепах, подобные перелетам птиц.

Ради всего этого стоит жить. Никто кроме меня не знал, что это был сеанс психотерапии. Присутствующие слушали, что я говорил, и думали, что я демонстрирую искажение времени, вызываю слуховые и зрительные галлюцинации, показываю явления гипноза. Но им и в голову не пришло, что это была направленная психотерапия.

Пациенту не обязательно знать, что он находится под психотерапевтическим воздействием. У меня была общая информация, что она страдает от депрессивного и суицидального синдромов.

На том же самом совещании, после его окончания, ко мне подошла седовласая женщина и спросила: “Вы меня помните?” “Нет, но судя по вашему вопросу, мы встречались”, — ответил я. “Нет, вы должны меня помнить, — настаивала женщина. — Я уже бабушка”. “На свете много незнакомых мне бабушек”. *(Студенты смеются.)* “Вы написали обо мне статью”, — пояснила женщина. “Я их столько написал”, — заметил я. “Вот вам еще одна подсказка. Джек стал терапевтом, а я продолжаю заниматься психиатрией”. “Барбара, я счастлив снова тебя видеть”, — ответил я.

Я работал в главной городской больнице Вустера, в научно-исследовательском отделении. Я был первым психиатром, приглашенным для исследований, и ра-

боты у меня было невпроворот. Мне сказали, что в общем отделении работает молодая, красивая и очень толковая девушка, она проходит практику по психиатрии.

В штат я был зачислен в апреле, а в январе я узнал, что у этой практикантки неожиданно проявилось серьезное нервное заболевание. Она начала худеть, у нее появились язва желудка, колит, бессонница, состояния страха, неуверенности и опасений. Она проводила в больнице чуть ли не круглые сутки, с раннего утра и до глубокой ночи, потому что только там чувствовала себя спокойно. Она очень мало ела, мало с кем общалась, не считая пациентов.

В июне практикантка пришла ко мне. “Доктор Эриксон, я была на ваших лекциях по гипнозу. Я видела вашу работу. У меня к вам просьба: приходите сегодня ко мне домой в семь часов вечера. Когда вы придете, я вам объясню, что мне нужно. Только не пугайтесь, если окажется, что я забыла, что пригласила вас к себе”. И она ушла.

Вечером я постучал к ней в дверь ровно в семь часов. Дверь открыла сама хозяйка и изумленно посмотрела на меня. “Можно войти?” — спросил я. “Как хотите”, — ответила она с некоторым сомнением на лице.

Я сказал, что первый раз встречаю весну в Новой Англии. Мне приходилось быть весной в Висконсине и Колорадо, но в Новой Англии — впервые. Мы беседовали на эту тему, и вдруг я заметил, что она находится в глубоком трансе. “Вы в трансе?” — спросил я. “Да”, — ответила она. “Вы хотите мне что-то сказать?” “Да”, — кивнула она. “Тогда говорите”.

“Я очень нервничаю, — начала она, — сама не знаю почему. Мне страшно, а отчего — не знаю. Велите мне пройти в спальню, лечь на кровать и обдумать мои проблемы. Хорошо? А вы вернетесь через час и спросите, готова ли я. Я вам скажу”. Я велел ей пройти в спальню, лечь и обдумать свои проблемы.

В восемь часов я вошел в дом и спросил, готова ли она. “Нет”, — ответила девушка. Я сказал, что вернусь в девять часов. Но и в девять она не была готова, и в десять тоже, но она сказала: “Приходите через полчаса, я буду готова”.

В половине одиннадцатого она заявила, что готова, и попросила проводить ее в гостиную, усадить и разбудить. Прежде чем покинуть спальню, она обратилась с просьбой: “Сделайте так, чтобы я позабыла все, о чем думала в состоянии транса. Я не хочу знать, что со мной было в трансе. Прежде чем уйти, вы мне скажите: “Достаточно только знать ответ”.

Я продолжил начатый ранее разговор о весне в Новой Англии и о той радости, с которой я буду любоваться сменой сезонов. Барбара проснулась с озадачен-

ным видом и что-то ответила на мои слова о Новой Англии. Вдруг она вскочила и заявила: “Доктор Эриксон, вы не имеете права находиться в моей квартире в 11 часов вечера. Уходите, пожалуйста”. “Разумеется”, — ответил я. Барбара открыла дверь, выходя, я сказал: “Достаточно только знать ответ”. Она залилась краской и пробормотала: “Мне сейчас пришло в голову. Ничего не понимаю. Уходите, пожалуйста. Скорее, скорее. Убирайтесь”. Я ушел.

В конце июня у Барбары закончилась практика. Я был поглощен своими исследованиями и как-то подзабыл всю эту историю. Я даже не знал, куда она уехала. Миновал июль, за ним август. Шла последняя неделя сентября, когда в мой кабинет, в 10 не то в 11 утра, ворвалась Барбара. “Доктор Эриксон, я сейчас работаю психиатром в главной городской больнице Нортхэмптона, а мой муж, Джек, в терапевтическом отделении. Я сегодня проснулась, лежу и блаженствую, что я замужем за Джеком и он любит меня, а я люблю его. Думаю о том, какой он чудесный и какое это счастье — быть его женой.

И вдруг я вспомнила июнь прошлого года и поняла, что должна вам все рассказать. Я даже завтракать не стала, оделась, села в машину и примчалась сюда. Вы должны знать, в чем дело. Помните, как я тогда попросила вас прийти ко мне домой и не удивляться, если я забуду о своем приглашении? Вы пришли и стали говорить о весне, о лете и временах года в Новой Англии.

Я вошла в транс, и вы это заметили. Вы спросили, не в трансе ли я, а я сказала “да” и попросила вас кое о чем. Потом я объяснила, что нервничаю непонятно почему, и попросила вас отправить меня в спальню, заставить лечь и думать о моих проблемах, а через час прийти, и я буду готова. Но потом вы приходили каждый час, а я все еще не была готова.

Когда вы пришли в последний раз в половине одиннадцатого, я попросила вас сделать так, чтобы я забыла все, о чем думала в трансе, а затем проводить меня в гостиную.

Когда я, наконец, проснулась и увидела вас, рассуждающего о весне в Новой Англии, я страшно изумилась. Часы показывали одиннадцать. Я абсолютно не помнила, каким образом вы оказались у меня в доме, я только поняла, что неплохо вам находиться у меня в такое позднее время и попросила вас уйти.

А сегодня утром, проснувшись с ощущением полного счастья, я сразу все вспомнила. Лежа на кровати, я вошла в транс и передо мной словно развернулся длинный свиток, разделенный на две части прямой линией. На одной стороне были все “за”, на другой — все “против”. Дело касалось одного молодого человека, с которым я познакомилась в декабре прошлого года.

Джеку с трудом удалось окончить школу. Он был из очень бедной, малограмотной семьи. Джеку все время приходилось работать, чтобы помочь семье и оплатить свою учебу в колледже, а потом в медицинском институте. Отметки у него всегда были ниже средних, поскольку работа отнимала очень много времени, да и, если честно признаться, он не принадлежал к тем, кого величают одаренными.

А я выросла в очень состоятельной семье, принадлежащей к сливкам общества и не лишенной изрядной доли снобизма. В декабре прошлого года я все больше и больше стала задумываться о Джеке, о том, не выйти ли мне за него замуж. Сначала сама мысль меня шокировала, ведь он вышел из низов, а я принадлежала к высшему обществу. У меня было преимущество богатства. Я гораздо способнее Джека, училась с легкостью, получая только высшие баллы. Я посещала оперные спектакли, концерты, драматические театры, путешествовала по Европе. Я получила все, что только могло дать богатство. Я выросла в атмосфере снобизма. Для меня было жестоким ударом то, что во мне зарождалась любовь к человеку, вышедшему из бедности, да к тому же менее способному, чем я.

В состоянии транса я прочитала все “за” и все “против” относительно брака с Джеком. Долгое время я их перечитывала вновь и вновь. Затем я стала взвешивать “за” и “против” и вычеркивать “против”, когда находила нужный ответ. Мне понадобилось время, так как и “за” и “против” было предостаточно. Я перебирала их очень вдумчиво и очень внимательно. Когда все “против” оказались вычеркнутыми, осталось довольно много “за”. Прodelать такую работу еще раз было выше моих сил, и я попросила, чтобы вы заставили меня забыть о том, что я думала в трансе. Но перед уходом вы должны были мне сказать: “Достаточно только знать ответ”.

Выходя за дверь, вы произнесли: “Достаточно только знать ответ”. У меня тут же мелькнула мысль: “Теперь я могу выйти замуж за Джека”. Понятия не имею, откуда эта мысль всплыла. Я была в смятении, в голове все перепуталось. Вы закрыли дверь, а я осталась стоять в недоумении. А потом я все забыла.

Моя практика закончилась, мы стали часто встречаться с Джеком, и наше знакомство переросло в роман. В июле мы поженились и оба устроились на работу в Нортхэмптон: я — в психиатрическое отделение, а он — в терапевтическое. И вот сегодня утром, наслаждаясь своим счастьем, я вдруг вспомнила июнь прошлого года и решила, что вы должны все знать”. (*Эриксон довольно усмехается.*)

И вот в 1956 году она меня спрашивает: “Доктор Эриксон, вы меня узнаете?” А я не узнал. Но как только она упомянула Джека, я сразу все вспомнил. Тогда я

представления не имел, в чем заключается ее проблема. Она и сама не очень ясно ее представляла. От меня требовалась непонятно какая психотерапия. Я для нее оказался чем-то вроде благоприятной атмосферы или сада, где проклюнулись и вызрели ее собственные мысли, о чем она сама и не подозревала. (*Эриксон довольно усмехается.*)

Роль лечащего врача не столь уж и важна. Главное, чтобы у него была способность побуждать пациента к размышлению, к познанию самого себя. Надо же, она уже бабушка! Джек все еще работает терапевтом, а она психиатром. Какая долгая и счастливая супружеская жизнь!

А в учебниках по психотерапии знай себе общие правила формулируют. Вчера... как тебя зовут? (*к Салли.*)

Салли: Салли.

Эриксон: Салли опоздала. Я пошутил над ней, заставил смутиться, поставил в неловкое положение. Возможно, вызвал твоё раздражение. Ты, наверное, совсем не так представляла себе психотерапевтическое лечение. И все же она вошла в транс, потому что пришла сюда учиться. Кое-чему, я думаю, ты уже научилась.

Салли согласно кивает головой.

Эриксон: Психотерапевт слушает своего пациента, осознавая тот факт, что ему неизвестны те индивидуальные значения, которые каждый человек вкладывает в свои слова. Поэтому надо прислушиваться к больному, к особому значению его слов, которое вам пока неясно, и помнить о том, что язык ваших представлений для него тоже непонятен. Постарайтесь понять слова пациента так, как он сам их понимает.

Вспомните пациентку с авиафобией. Не следует верить всему, что говорит вам пациент. Я разобрался во всем только тогда, когда, вслушиваясь в рассказ о ее фобии, понял истинный смысл ее слов. Она могла спокойно садиться в самолет, нормально себя чувствовала, пока самолет двигался по взлетной полосе, но стоило ему оторваться от земли, как начиналась фобия. Я понял, что это не авиафобия, а боязнь замкнутого пространства, в котором ее жизнь целиком зависела от незнакомого человека — пилота.

Потребовалось время, чтобы понять ее слова. Я заставил ее дать мне обещание сделать все, что я скажу, будь то добро или зло. Я сделал так умышленно, потому что это было аналогией ситуации, когда ее жизнь находится в руках незнакомого летчика. Затем я ей сказал: “Наслаждайтесь полетом в Даллас и обрат-

но и расскажите мне о ваших приятных впечатлениях". Она не понимала, что выполняет данное мне обещание, но дело было именно так. Я-то знал, зачем мне было надо такое обещание, а она не знала. "Наслаждайтесь полетом в Даллас и обратно", — ласково сказал я, а она уже дала обещание повиноваться мне во всем. Она даже не восприняла мои слова как просьбу. *(Эриксон улыбается.)* И ты тоже. *(В сторону Джейн.)*

Надеюсь, вы узнали от меня что-то новое о психотерапии, о том, как важно видеть, слышать и понимать пациента и побуждать его к действию.

Вернемся к Барбаре. Развернула она в уме свой длинный свиток, прочитала все "за" и "против" и обнаружила, что доводов "за" гораздо больше. Ей нужен был только окончательный ответ, все остальное было еще слишком сложно понять и принять. Вот откуда мысль: "Теперь я могу выйти замуж за Джека". Не ясно, откуда пришла эта мысль, зато было ясно, что меня надо выпроводить и как можно скорее. *(Эриксон улыбается.)* А смысл фразы "Достаточно только знать ответ" я сам узнал лишь через несколько месяцев.

Если вам удастся заставить пациента сделать основную работу, все остальное встает на места само собой.

Возьмите ту девочку с энурезом: семье не хватило терпения понять ее и потерпеть. От них требовалось только это, равно как и от ее сестер, соседей и одноклассников.

Вот еще одно наблюдение. Когда я пришел работать в вустерскую больницу, заведующий клиническим отделением доктор А. провел меня по всем палатам, представил больным, а затем, пригласив в свой кабинет, сказал: "Садись, Эриксон".

"Эриксон, — начал он, — ты здорово хромаешь. Не знаю, отчего это у тебя, да и не мое это дело. Я свою хромоту принес с первой мировой войны, перенес 29 операций по поводу остеомиелита. Мне теперь до смерти хромать. Слушай, Эриксон, если тебя интересует психиатрия, тебя ждет успех, уверяю. У всех будущих пациенток твоя хромота вызовет материнское сочувствие, а мужики не станут тебя опасаться: калека да и все, какой с него спрос, ему и рассказать все можно, не стесняясь. Одно слово — калека. Ты, главное, ходи с невозмутимой физиономией, навести уши, да глаза открой пошире".

К совету я прислушался и от себя кое-что добавил. Придя к какому-нибудь заключению, я записывал его на листке бумаги, запечатывал в конверт и оставлял в ящике стола. А когда я позже приходил к другому выводу, я тоже его записывал и сравнивал с предыдущим.

Вот вам пример. Когда я работал в Мичигане, там была одна секретарша, жутко застенчивая. Ее стол стоял в самом дальнем углу комнаты. Писала ли она под диктовку или выслушивала поручение, она никогда не поднимала глаз и не смотрела на говорившего.

Как правило, она приходила на работу без пяти восемь, на пять минут раньше. В восемь она уже работала. Обедать уходила в пять минут первого, на пять минут позже установленного времени, а возвращалась без пяти час. Работу мы заканчивали в четыре, но она всегда прихватывала лишние пять минут.

Все мы имели двухнедельный оплачиваемый отпуск. Рабочая неделя продолжалась с 8 часов утра понедельника до 12 часов дня субботы. Уходя в отпуск, Дебби начинала собирать вещи в дорогу только в пять минут девятого в понедельник, и у нее, таким образом, пропадали конец субботы и воскресенье. Из отпуска она возвращалась точно без пяти двенадцать в субботу, теряя еще полтора дня отдыха. Она была добросовестна до болезненности.

И вот иду я как-то летом по больничному коридору и вижу: идет впереди незнакомая девушка. А я в больнице всех знал (я отвечал за кадры), кто как ходит, кто как руками размахивает, кто как голову держит. А тут вдруг совсем незнакомая девушка. Как же так? Я заведую кадрами, а ее не знаю. Тут она свернула в бухгалтерию, и я узнал профиль Дебби.

Придя в свой кабинет, я достал листок бумаги, записал свой вывод, положил его в конверт, запечатал и отдал своей секретарше: "Заверь своей рукой, проставь дату и запири у себя в столе".

Она заперла конверт в ящике, единственный ключ от которого хранился у нее, так что я не мог тайком заглянуть в свой вывод. Я прямо сам себе не верил. *(Эриксон улыбается и смотрит прямо перед собой, возможно, на Салли.)*

Месяц спустя приходит моя секретарша с обеда, и ее прямо распирает от новости: "Я такое узнала! Спорю, что вы ни за что не догадаетесь!" "Я бы тебе не советовал спорить, — заметил я. — Я все равно выиграю. Этим летом Дебби не уезжала в отпуск, а тайно вышла замуж. Сегодня за обедом она призналась". Тогда я сказал: "Мисс Х., загляните в конверт, который мы заперли месяц тому назад". "Ой, ну что вы, как можно!" *(Смех)*. Она мгновенно выудила конверт, открыла и прочитала мой вывод: "Либо у Дебби бурный любовный роман, либо она тайно вышла замуж, и у нее хорошо идет сексуальная адаптация".

А здесь уместно еще одно наблюдение. Для мужчины секс — явление местного значения. Это не то, что отрастить усы, например. Так, рядовое событие.

Половая жизнь для женщины — это биологическая функция ее организма, вовлекающая в действие все тело. Как только она начинает регулярно жить половой жизнью, несколько изменяется линия волос на голове, надбровья слегка выступают, нос чуть-чуть удлинняется, подбородок слегка тяжелеет, губы полнеют, линия челюсти незначительно изменяется, изменяется содержание кальция в позвоночнике, смещается центр тяжести, грудь и бедра становятся шире либо плотнее. (*Говоря об изменениях, Эриксон указывает на различные части своего тела.*) Она ходит уже по-другому, потому что центр тяжести смещается книзу. И руки у нее двигаются по-другому. Если внимательно наблюдать за большим количеством людей, то можно научиться все это замечать.

Только не наблюдайте за вашими друзьями и членами семьи, не следует вторгаться в их личную жизнь. Но вы можете наблюдать за пациентами, медицинскими сестрами, вашими студентами, практикантами, потому что это ваша работа — знать пациентов и тех, кто за ними ухаживает. Вы преподаете студентам-медикам и должны знать их проблемы, потому что они — будущие врачи. Вы можете изучать своих практикантов, но оставьте в покое семью и друзей, избегайте бесцеремонного любопытства. Я никогда не знал, когда у моих дочерей менструация. Но когда ко мне приходила на прием женщина, я всегда мог определить, на какой стадии цикла она находится.

Однажды одна секретарша в Мичигане как-то ляпнула моему другу Луи и мне: “Вы, чертовы психиатры, думаете, что знаете все на свете!” “Практически все”, — скромно ответил я. (*Эриксон улыбается.*)

Эта секретарша, Мэри, была замужем за торговым агентом. Он вечно мотался по командировкам — на пару дней, на неделю, две, три. В общем, совершенно непредсказуемый супруг. Прихожу на работу как-то утром, а из-за двери раздается стук ее пишущей машинки. Я послушал, открыл дверь, заглянул в ее комнату и сказал: “Мэри, сегодня утром у тебя началась менструация”, — и закрыл дверь. Мэри не стала возражать. Несколько месяцев спустя я послушал, как она печатает, и заметил: “Мэри, вчера вечером вернулся твой муж”. (*Эриксон весело хмыкает.*) У Мэри и капли сомнения не было, что я все знаю.

А некоторые сестры и секретарши приходили ко мне каяться заранее. Однажды вошла в мой кабинет одна такая “грешница” и говорит: “Пусть ваша секретарша выйдет, мне нужно с вами поговорить”. Я попросил ее выйти и выслушал признание: “Прошлой ночью у меня началась любовная связь. Я решила сама вам сказать, прежде чем вы заметите”. (*Общий смех.*)

Ваше чувство благородства и уважения к личной жизни ваших друзей и членов семьи вовремя остановит вас. Но пациенты и ухаживающие за ними сестры — это другое дело. Студентам-медикам предстоит работать с больными и вам следует знать, все ли в порядке у них самих.

Вы люди взрослые и мои коллеги. Вас я изучать не буду. Я буду читать ваши лица и сразу узнаю, если я кому-то неприятен. Вот вы двое, вы ведь знаете, что я могу читать по лицам? *(Обращается к Салли и Саре.)*

Салли: Читать по лицам? Да, можете.

Эриксон: Я вам расскажу еще одну историю болезни. Один профессор прошел двухгодичный курс психоанализа у нас в стране, а его жену анализировали в течение года. Затем они отправились в Европу, где профессора в течение года анализировал сам Фрейд, по пять раз в неделю, а его женою в течение года занимался один из учеников Фрейда. На следующее лето они вернулись в Америку и предложили свои услуги вустерской больнице.

Профессор рассказал мне о двух годах психоанализа, о встрече с Фрейдом и о двух годах психоанализа его жены. Он и его жена хотели пройти у меня курс психотерапии. Я только что начал работать в исследовательском отделе и был очень загружен своими делами. Я сказал, что придется подождать, пока я смогу выкроить для них время.

В первую же неделю моей работы в Вустере проходила книжная ярмарка. Я любил покупать книги, особенно когда распродавались привезенные издателями остатки. Профессор присоединился ко мне, он тоже был книголюб. Идем мы по улице, и тут из магазина, метрах в пяти перед нами, выходит чрезвычайно тучная женщина, ростом метра полтора и такой же ширины.

Профессор повернулся ко мне и вздохнул: “Милтон, тебе не хочется взять в руки такую вещь?” “Нет, не хочется”, — ответил я. “А я бы взял”. Вернулись мы в больницу, я вызвал к себе жену профессора и рассказал: “Шли мы сегодня по улице позади очень толстой женщины, прямо кубарь — полтора на полтора, а ваш муж спрашивает, не хочется ли мне подержаться за этот зад. Я ответил, что у меня нет ни малейшего желания, а он сказал, что подержался бы”.

Жена прямо взвилась: “Так и сказал, что он подержался бы за эту необъятную жирную задницу?!” “Именно так, и причем с большим чувством”, — ответил я. “Подумать только, — окончательно возмутилась она, — что все эти годы я морила себя голодом, чтобы сохранить стройные девичьи бедра. Конец голодовке! Такую жирную задницу отращу, что будет его крючьям за что ухватиться!” *(Общий смех.)*

Приходит она ко мне через несколько недель и заявляет: “Знаете, мой муж чересчур уж джентльмен. Чистюля чопорный. Думает, что он во всем разбирается. Я хочу, чтобы вы ему сказали, как меня следует любить. Он считает, что единственный способ — это когда он лежит на мне. А мне иногда самой хочется полежать на нем”.

Я пригласил к себе мужа и объяснил ему, что в любви любая позиция хороша, если оба партнера получают удовольствие. А если один недоволен, значит, позиция не годится. Объяснил ему все до мельчайших подробностей. К этому и свелась вся моя психотерапия.

(К группе.) Как же этот профессор за три года психоанализа не сумел выяснить, что девичьи бедра жены ему не по вкусу? И почему его жена за два года психоанализа, пять раз в неделю, не дотюкала, что ее мужу нравится пышный нижний бюст?

В общем, мне понадобилось всего две беседы с ними, чтобы успешно завершить весь фрейдовский анализ и анализ его подручного. Профессор сейчас отошел от дел, у них с женой появились внуки, она стала полтора на полтора — и оба счастливы. *(Эриксон улыбается.)* Вот что такое психотерапия.

Приехав в Мичиган, я в первый же день обратил внимание на одну девушку, которая, как выяснилось, работала санитаркой. Она была очень хорошенькая выше талии и ниже колен. Но попка у нее была редких размеров. Стоило ей вильнуть бедром на продящего мимо, как он падал, не в силах удержаться на ногах. Она переживала из-за своей фигуры, но мне она показалась интересной.

Вскоре я выяснил, что у нее была довольно странная привычка. В дни посещения она стояла у входа на территорию больницы и задавала три вопроса каждой входящей матери с малышом. Мне было видно из окна моего кабинета. Мамаши кивали в ответ и отправлялись по палатам навещать родственников, а санитарка собирала малышей и занималась с ними, если день был погожий. Если девушка не жалеет своего выходного дня, чтобы поиграть с чужими детьми, значит, она любит детей.

И вдруг, примерно через год, у нее началась непрерывная икота, день и ночь. У нас в штате было 169 врачей. Каждый ее осмотрел и все рекомендовали консультацию у психиатра. Девушка знала, что этим консультантом буду я. Моя репутация была ей известна: я знаю толк в своем деле. Она отказалась наотрез.

К ней обратился ее непосредственный начальник: "Послушай, Джун, ты не платишь за пребывание в больнице, прошла полное медицинское обследование. Все рекомендуют консультацию у психиатра, но ты отказалась. За тобой сохраняется твое рабочее место и ты получаешь зарплату, хотя лежишь в постели как пациентка. Либо ты соглашаешься на консультацию, либо мы вызываем платную скорую помощь и отправляем тебя в платную больницу. Если согласишься на консультацию, твое рабочее место останется за тобой".

Перспектива оказаться в платной больнице ее не обрадовала, и она согласилась: “Ладно, пусть приходит”.

Я пришел около двух часов и очень осторожно прикрыл за собой дверь палаты. Предупреждающе подняв руку, я сказал: “Не открывай рта, молчи (*Эриксон поднимает левую руку, словно останавливая идущий транспорт*) и слушай, что я скажу. Очень жаль, что ты не читала “Песнь Песней” Соломона. Это из Библии, что лежит у тебя на столике, а ты и не читала. Вот в чем твоя беда. Раз ты не читала “Песнь Песней”, я тебе все объясню. Я целый год наблюдал за тобой, как ты заботилась о малышах других женщин, не жалея на это своих выходных. Ты спрашивала у каждой матери, можно ли дать ее ребенку жвачку, конфетку или игрушку, можно ли тебе приглядывать за малышами, пока их мамы навещают больных родственников. Так я узнал, что ты любишь детей. А ты вообразила, что из-за твоей крупной попки на тебя не глянет ни один мужчина. Прочитай ты “Песнь Песней” Соломона, ты бы так не думала”. Мне удалось пробудить в ней любопытство.

(Обращается к слушателям.) Сомневаюсь, чтобы кто-нибудь из вас прочитал “Песнь Песней” Соломона. *(К одному из учеников.)* Ты читал? *(Эриксон кивает.)* Я все ей объяснил: “Тот, кто захочет взять тебя в жены, тот, кто полюбит тебя, посмотрит на твою огромную, пышную, мягкую попку и увидит в ней лишь колыбель для своих будущих детишек. Это будет тот, кто мечтает произвести на свет как можно больше детей. И он увидит дивную колыбель для этих детей.

Ты сейчас не прекращай икать. Остановишься где-нибудь пол-одиннадцатого или в одиннадцать. И все подумают, что излечение произошло само собой, внезапно, а я тут ни при чем. Ты продолжай икать и все подумают, что у меня тоже ничего не вышло. А когда я уйду, почитай “Песнь Песней” Соломона. Ты ее найдешь в Библии, что лежит на твоём столике”.

Несколько месяцев спустя Джун дождалась, когда моя секретарша ушла обедать, и заглянула ко мне, чтобы показать свое обручальное кольцо. А еще несколько месяцев спустя, тоже в отсутствие секретарши, она привела ко мне своего жениха. Он мне рассказал, что у него есть свой участок земли и они со своей невестой задумали построить там дом. В доме у них будет много спальных комнат и одна громадная детская. *(Эриксон улыбается.)*

Однажды я спросил отца, почему он женился именно на матери. А он ответил: “Потому что у нее нос косит на запад”. У мамы действительно была искривленная носовая перегородка и нос был немного кривоват. Я возразил, что нос у нее будет косить на запад, только если она станет лицом к югу. Но отец ответил: “Я родом из Чикаго, а это к югу от Висконсина”. Довод был неопровержимый.

У мамы я тоже спросил, почему она вышла за отца. “Потому что у него один глаз был голубой, а другой — белый”. “Глаза бывают голубые, карие, черные”, — возразил я. “У твоего папы оба глаза были голубые, но один так косил, что, бывало, только один белок виден”, — ответила она. “Я что-то этого не замечал”, — засомневался я. “С того дня, как мы поженились, оба глаза у него смотрят в одном направлении — вперед”, — ответила мама. “И что, белый глаз больше его не подводил?” “Только однажды, — сказала мама. — Когда он направился в Сан-Луи, чтобы вступить добровольцем в войска Тедди Рузвельта, а его не приняли по зрению. Домой он вернулся с голубым и белым глазом. Но дома он спокойно все обдумал: ведь у него на руках жена и дочь. Лучше поступать разумно, и оба глаза у него опять стали голубые”. (Эриксон улыбается.) Чтобы узнать, надо спрашивать. Сколько сейчас времени?

Джейн: Четыре.

Эриксон: До четырех я могу сосчитать. Будь любезна, подойди-ка сюда, незнакомка, и займи это кресло. (Эриксон обращается к Саре, которая подходит к зеленому креслу.) А ты заметила, что я не просил ее встать с кресла? (Эриксон говорит об Анне.)

Ну-ка, скажи, сколько у тебя пальцев? Остальные уже знают ответ.

Сара: Пять, э-э, четыре.

Эриксон: Большой палец тоже считай.

Сара: Пять. Десять.

Эриксон: Так пять? Или десять?

Сара: Десять.

Эриксон: Ты уверена?

Сара: Да. (Смеется.)

Эриксон: Положи руки на колени.

Если считать отсюда туда (Эриксон показывает справа налево) или оттуда сюда (показывает слева направо), в обоих случаях будет одинаковый результат?

Сара: Да. (Улыбается.)

Эриксон: Ты уверена?

Сара: Да.

Эриксон: А если сложить пальцы на одной руке с пальцами на другой, все равно будет правильный ответ?

Сара: Да.

Эриксон: Мне кажется, у тебя одиннадцать пальцев... Неужели ты думаешь, что я ошибаюсь?

Сара: Вероятно, нет, в каком-то смысле.

Эриксон: Ладно. Я буду указывать, а ты считай. (*Эриксон указывает на ее пальцы, а она считает.*)

Сара: Один, два, три, четыре, пять, шесть, семь, восемь, девять, десять.

Эриксон: Ты их так считаешь?

Сара: Да.

Эриксон: И все-таки у тебя одиннадцать пальцев.

Ты сказала, что как ни считай, разницы не будет. (*Эриксон показывает два направления возможного счета.*) И что ответ будет правильный, если пальцы одной руки сложить с пальцами другой. Верно?

Сара: Верно.

Эриксон: Ты все поняла?

Сара: Да.

Эриксон: Десять, девять, восемь, семь, шесть — и добавим пять, получается одиннадцать.

Сара (Смеется): Точно.

Эриксон: Впервые узнала, что у тебя одиннадцать пальцев?

Сара утвердительно кивает и смеется.

Эриксон: Наверное, в школе не очень старалась?

Сара: Наверное. *(Улыбается.)*

Эриксон: То-то. А правую руку от левой можешь отличить?

Сара: Конечно.

Эриксон: Уверена в этом?

Сара: Ага.

Эриксон: Спрячь вот эту руку за спину. *(Указывает на левую руку.)* Ну, и какая же рука осталась?*

Сара смеется.

Эриксон: Надо отправить тебя обратно в школу.

Сара: Дело в том, что я там работаю.

Эриксон: Это хорошая методика для работы с детьми.

Вот еще одно задание для всей группы. *(К Стью.)* Достань-ка мне вон ту карточку. *(Эриксон берет карточку и передает ее Саре.)* Прочитай ее, но не обманись кажущейся простотой ее понимания. Передай другим.

(Карточка переходит из рук в руки. На ней написано: Прочитай всеми возможными способами то, что заключено в скобках:

7 1 0 7 7 3 4

(Эриксон получает карточку обратно.) Как ты это прочитала? *(Обращается к Саре.)*

Сара: Вы хотите, чтобы я прочитала все, что написано на карточке?

Эриксон утвердительно кивает.

Сара: Мне надо только числа прочитать? Я не поняла.

*См. примечание на стр. 77.

Эриксон: Прочитай вслух. (*Эриксон снова показывает Саре карточку.*)

Сара: Всю карточку..?

Эриксон: Читай, что прочитаешь.

Сара: В скобках? (*Эриксон кивает.*) 710. 7734.

Эриксон: А кто может прочитать по-другому? (*Зигфриду.*) Повтори свой ответ.

Зигфрид: Я могу переставить числа.

Эриксон: Покажи.

Зигфрид: 017 или 107, или 3477 или 7347...

Эриксон: Задание было: прочитать всеми возможными способами то, что заключено в скобках. Вот я, например, смотрю на карточку и вижу "OIL" и "HELL"* . (*Эриксон берет карточку, переворачивает ее и передает Саре, та смеется. Эриксон улыбается. Карточка идет по рукам.*)

Почему же вы не выполнили задание и не прочитали всеми возможными способами?

Кристина: Знаете, тут есть одна причина... Немцы пишут семерку по-другому. Если читать таким способом, ничего не получится. И я семерку пишу по-другому, и Зигфрид тоже.

Эриксон: Но вы оба умеете читать по-английски.

Кристина: Но семерки мы пишем так. (*Показывает.*)

Эриксон: Когда говорит ваш пациент, прислушайтесь к тому, что слышите, затем пересядьте на другой стул и снова слушайте, потому что у каждой истории есть другая сторона. Как и у этой карточки.

Я вам расскажу об одном случае. Миссис Эриксон и я как-то были в Мехико. Мой коллега, зубной врач, пригласил нас к себе на обед. Он очень гордился своей женой, которая, как он нам признался, великолепно рисует. Жена, правда, не приняла столь высоких похвал и сказала, что просто делает любитель-

*В перевернутом виде числа читаются как английские слова "масло" и "ад". Это возможно потому, что в английском языке семерка набирается как "7", в отличие от русской семерки с поперечной черточкой. — *Примеч. переводчика.*

ские наброски, вот и все. Но дантист не мог унять своего восхищения и, не смотря на возражения жены, принес с полдюжины ее рисунков.

Я их рассмотрел один за другим. Вокруг каждого рисунка художница сделала обрамление из причудливых завитушек. Я посмотрел на рисунок и так, и эдак, и вот так, и таким манером. (*Эриксон поворачивает карточку с числами в разные стороны.*) Меня озадачило то, что я разглядел.

Я взял листок бумаги, проделал в нем дырочку размером в ноготь и наложил на виньетку. Дантист глянул в отверстие и увидел изображение миниатюрного лица. Я передвинул лист — и в отверстии появилось новое лицо. В этом орнаменте были скрыты сотни крохотных лиц.

Если у человека хватило таланта запрятать сотни миниатюрных лиц в узор обрамления так, что их не заметил ни зритель, ни сам художник, тогда это должен быть действительно хороший художник. Сейчас жена моего коллеги — очень известная художница в Мехико и является директором городской картинной галереи.

Когда смотрите на вещи, вглядывайтесь в них. Когда слушаете пациента, вслушивайтесь внимательно и попытайтесь понять его рассказ с иной точки зрения. Если вы просто выслушали пациента, целиком до вас его история не дошла. Переверните ее и прочитайте: “масло” и “ад”.

Думаю, до завтра вам хватит пищи для ума. Те, кто еще не был на Пике Скво, отправляйтесь туда. А те, кто не был в Ботаническом саду и Музее Херда, воспользуйтесь завтрашним утром. Сейчас 4 часа, а музей закрывается в 5, то же самое Ботанический сад и зоопарк. А Пик Скво открыт всегда. (*Эриксон улыбается.*)

Анна: Доктор Эриксон, я уезжаю завтра утром и хочу вас от всей души поблагодарить.

Эриксон: Значит, я тебя больше не увижу, потому что завтра я встану без четверти двенадцать, не раньше.

Что касается платы за занятия, я не оговорил четко свои условия. Гонорар у меня гибкий. Обычно я предлагаю ученикам заплатить по своим возможностям. Как правило, я беру 40 долларов в час. У меня просто не хватит совести запросить такую сумму с каждого из вас. Вы знаете, сколько часов продолжались занятия, и можете сложить в зависимости от того, кто сколько занятий посетил. Ну, а кто считает себя богаче, может оставить чек побольше. Сколько бы я ни получил, в мои планы входит прожить подольше. (*Смех.*)

А теперь, пожалуй, надо проводить это невинное создание в мой дом и показать ей волшебного духа. (*Эриксон указывает на Сару, та смеется.*)

Зигфрид: Займемся дезинсекцией?

Эриксон: Сделай одолжение. (*Зигфрид снимает микрофоны.*)

А мы с этим невинным созданием пойдём ко мне, и я покажу ей лампу Алладина. С самым настоящим духом.

Сара: С настоящим духом? Звучит заманчиво.

Джефф: Доктор Эриксон, вы мужаете, а не стареете.

Эриксон: Скажи еще раз!

ЧЕТВЕРГ

(Сегодня к группе присоединились еще пять человек. Всего присутствуют одиннадцать человек. Эриксон обводит глазами присутствующих.)

Эриксон: Кто-нибудь из вас знает, как избирался на святейший трон Папа Иоанн Павел?

Кристина: Как и все другие, конклавом.

Эриксон: Нет. Кардиналы не смогли прийти к согласию, они устроили перерыв и проголосовали*. (*Эриксон смеется.*)

Зигфрид (Сидя в зеленом кресле): Большинство американских шуток связаны с особенностями языка, они редко до меня доходят.

Эриксон (Помолчав): Вот еще одна американская шутка. Одна дама заметила на железнодорожной станции бесхвостого кота и спросила у дежурного: “Мэнкс?” “Нет, — ответил он, — без двух два до двух двух”.

Даже большинство американцев не схватывают, в чем здесь соль. (*Смех.*) Коты английской породы из Мэнкса все короткохвостые. Ответ дежурного “Нет, без двух два до двух двух” означал, что кот лишился хвоста, попав под поезд, который прибыл без двух минут два и отравился в две минуты третьего. (*Эриксон смеется.*)

Зигфрид: Я понял отдельные слова. (*Общий смех.*)

*Английское слово poll (голосование) на слух созвучно с именем Paul (Павел), поэтому на слух фразу можно понять двояко: “проголосовали” или “выбрали имя Павел”. — *Примеч. переводчика.*

Эриксон: Среди вас есть австралийцы? Один новозеландец сказал мне, что австралийцы не знают разницы между буйволом и бизоном. Кто знает, почему?

Насчет буйвола австралийцам все ясно, но (*говорит с австралийским акцентом*) вот бизон для них — это место, где моют руки*.

(*Эриксон собирает анкеты у новичков и, надев очки, читает их.*) Вы словно сговорились. На этой неделе каждый (*Эриксон в этом случае неточен*) делает из своего возраста загадку, а отгадывать мне? Пишут только свой день рождения и возраст братьев и сестер. Вот, например... Кто у нас Бонни?

Бонни: Я здесь.

Эриксон: Ты напомнила мне о далеких славных годах, когда я преподавал в медицинском институте. Проставь дату, пожалуйста. А ты, Руфь, не возражаешь против даты?

Руфь: Сегодняшней даты? (*Эриксон возвращает ей листок для исправления.*)

Эриксон (Обращается к Эди. Отдает обратно и ее анкету.): Дата. Ты тоже хочешь, чтобы я отгадывал твой возраст?

Бывало, сообщаю своим студентам в медицинском институте, что последний экзамен состоится в конференц-зале, в два часа дня, во вторник, двенадцатого числа. Говорю все очень медленно. Стоит мне выйти из аудитории и ненароком тут же вернуться, как слышу, все друг друга спрашивают: "Что он сказал? Что он сказал?"

Повтори-ка твое имя, будь добра.

Линда: Линда.

Эриксон: Как тебе сидится рядом с графом Дракулой?

Линда: Я с ним уже знакома, вполне дружелюбный тип. (*Смеется.*)

Эриксон: Надеюсь, встреча состоялась не в полночь?

Стоит повторить для некоторых из вас: наша сознательная жизнь, наше сознание лежат в основе восприятия, но восприятия расщепленного. Вы пришли сюда, чтобы узнать, что я вам расскажу. В то же время ваше внимание разделено

*Произнесенное с австралийским акцентом слово bison (бизон) звучит как basin (раковина). — *Примеч. переводчика.*

между мною, присутствующими здесь людьми, книжными полками, картинами и прочим.

Если взять бессознательное, то это огромный склад, где хранятся ваши воспоминания, ваши знания. Без такого склада не обойтись, потому что вы не в состоянии сознательно удержать в памяти все, что узнаете. Из накопленных в течение жизни знаний львиная доля используется автоматически, чтобы обеспечить жизнедеятельность человека.

Сколько вам пришлось потрудиться, чтобы научиться говорить. А теперь, встав утром и укладываясь спать вечером, вы ни разу не задумались за день, как произнести этот слог, сколько слогов в каждом слове, как правильно произносить звуки и т.п. А ведь было время, когда вы произносили: “Асю ады”, а думали, что говорите: “Хочу воды”. Сейчас вы изъясняетесь на языке взрослых людей и забыли о том невероятном усилии, которое приходится делать малышу, чтобы быть понятным.

Помню, как одна из моих дочек училась говорить: “Топ-топ, топ-топ, топ-топ, иду пать ... кука бай-бай”. Теперь она говорит: “Иду спать, кукла тоже будет спать.” Но в разговоре она часто повторяла многие слова, а своего брата Ланса звала “Ла-ла”.

В психотерапии — если вы собираетесь заниматься психотерапией — вам первым делом следует знать, что общие для всех слова имеют свое особое значение для разных людей. Слово “бежать” имеет 142 значения в английском языке. Слово “побежал” может смутить девушку, у которой побежала петля на чулке. *(Эриксон приводит еще несколько примеров со словом “бежать” в разных значениях.)* Так и вы, слушая пациента, склонны вкладывать в его слова свой смысл.

Я вам повторю историю, которую недавно рассказывал. *(Эриксон рассказывает историю о “молочной похлебке”. И заканчивает словами: “Для каждого из нас слова имеют свое особое значение”.)*

Кто из вас умеет готовить? Положим, вы отправились в туристический поход, в Северный Иллинойс, например, или в Висконсин. Вы наловили рыбы, как вы ее приготовите? *(Эриксон улыбается.)* А может, вам удалось стащить несколько початков кукурузы с фермерского поля. Как вы ее приготовите?

Сейчас я поделюсь с вами самым вкусным рецептом. Выпотрошите рыбу, не снимая чешуи, и заверните ее в листья подорожника, затем зачерпните со дна реки глины погуще и обмажьте как следует рыбу, чтобы она превратилась в продолговатый ком. В таком виде укладывайте рыбу в угли костра и, когда

кончики лопнут, рыба готова. Выкатывайте запекшийся ком, расколите его и, когда он развалится, чешуя, плавники и хвост отвалятся вместе с подорожником, а вам останется приготовленная в собственном соку рыбка. Вкус — пальчики оближешь! Немного соли — и вы отведаете пищу богов.

А если вам удалось поймать перепелку, тоже выпотрошите ее, обмажьте глиной — и в костер. Когда из обоих концов появится пар, расколите шарик и вместе с глиняной коркой отвалятся перья и кожица. Вот вам перепелочка, запеченная в собственном соку. Немного соли, и язык проглотишь — так вкусно.

Есть и другие способы обработать перепелку* (*Смех*), но я предпочитаю этот.

Что касается кукурузных початков, можно тоже обмазать их глиной и положить в угли. Глиняная корка снимается вместе с шелухой, а вам остается вкуснейший початок. Говорю со знанием дела.

Вы знаете, что есть много способов приготовить кукурузу, и у пациента так же много способов отреагировать на любую ситуацию.

Вот фотография, которой я очень дорожу. (*Эриксон берет фотографию и передает сидящему слева Зигфриду.*)

Зигфрид (Смотрит на фотографию): Я не все понял.

Эриксон: Пусть она посмотрит. (*Передает снимок Бонни.*) Прочитай вслух.

Бонни: “Звание почетного дедушки присваивается доктору Милтону Эриксону Слейдом Натаном Коном, сыном Джима и Грейси Коң, в связи с годовщиной усыновления, 12 сентября 1977 года. Заверено и подтверждено особой “печатью”. (*А на снимке отпечаток ножки и приписка: “Возраст два года”. Бонни поднимает фото, чтобы все видели.*)

Эриксон: Пусти по кругу.

А дело было так. Джим, юноша весьма идеалистических взглядов, заканчивал выпускной класс средней школы. В том же классе училась не менее возвышенная натура по имени Грейси.

Джима призвали на вьетнамскую войну, правда, он служил в тылу, но попал в автомобильную катастрофу и получил в результате перелом позвоночника и разрыв спинного мозга. Из госпиталя для ветеранов Джим вернулся в инвалидной коляске. Он страдал от резких болевых спазмов, повторявшихся каж-

*На студенческом жаргоне “перепелка” значит “студентка”. — *Примеч. переводчика.*

дые пять минут, круглосуточно. Проведенная в госпитале операция не помогла Джиму, наоборот, боль только усилилась. Тогда его прооперировали повторно, но тоже без результата. Речь уже шла о третьей операции.

Об эту пору не то Джим, не то Грейси, не то оба сразу узнали от кого-то обо мне. Они сказали главному хирургу, что хотят со мной встретиться, чтобы помочь Джиму с помощью гипноза. Хирург пригласил их к себе в кабинет и битый час убеждал, что гипноз — это чушь, знахарство, чертовщина и колдовство. Меня он величал не иначе как шарлатаном, мошенником и невеждой. Судя по всему, он не признавал гипноз, а стало быть, и меня. Он заявил, что для них даже сама мысль о гипнозе — величайшее заблуждение.

Тем не менее каждые пять минут Джима корежило от боли. Грейси безумно его жалела и, невзирая на часовую проработку, они все же решили встретиться со мной.

Грейси вкатила Джима в мой кабинет. Я прочитал на их лицах страх, ожидание худшего, отчасти неприязнь, слабый свет надежды, выражение сопротивления и настороженности. Да, они были не в том эмоциональном состоянии, чтобы прислушаться к моим словам. Они рассказали о спинно-мозговой травме, о двух операциях и о том, как весьма уважаемый главный хирург госпиталя убеждал их, что гипноз — это черная магия, колдовство и шарлатанство.

Тогда я сказал Грейси: “Встань вон там на ковре. *(Эриксон указывает место.)* Стой ровно, смотри прямо перед собой, руки опущены вниз. А ты, Джим, держи вот эту тяжелую дубовую трость. Я ею пользовался при ходьбе, она достаточно увесистая. И если тебе не понравится, что я буду делать, можешь огреть меня этой тростью”. *(Поясняет Зигфриду.)* “Огреть” значит “ударить”. *(Общий смех.)*

Зигфрид: Куском дерева?

Эриксон: Дубовая трость — это длинная палка, которой пользуются при ходьбе.

Джим взял трость, крепко сжал ее в руке и стал наблюдать за мной. Я обратился к Грейси: “Грейси, я сейчас буду делать то, что тебе не понравится, даже очень не понравится. Я остановлюсь, как только ты войдешь в гипнотический транс. В данный момент ты не знаешь, что такое гипноз или гипнотический транс, но бессознательно ты знаешь, что это такое. Итак, стой там и, если я буду делать с тобой что-то неприличное, знай, что я остановлюсь, как только ты будешь в трансе”.

Я поднял легкую бамбуковую указку и стал водить ею вдоль ложбинки, пытаясь оголить ее грудь. Грейси медленно закрыла глаза и немедленно погрузилась в глубокий транс. Я опустил указку, в то время как Джим буквально испепелял меня глазами. Я обратился к Грейси: “Где твой родной город? В какой школе ты училась? Назови имена хотя бы нескольких одноклассников. Как тебе нравится погода в Аризоне?” Ну, и еще что-то в этом роде. Грейси отвечала с закрытыми глазами. Я взял ее за руку, поднял, и рука каталептически повисла. *(Эриксон поднимает свою руку, и она повисает.)*

Повернувшись к Джиму, я сказал: “Слышал, как Грейси разговаривала со мной? Теперь поговори с ней сам”. Я опустил вниз руку Грейси. *(Эриксон опускает свою руку.)* “Грейси? Грейси? Грейси!” — окликал он и, повернувшись ко мне, сказал: “Она меня не слышит”. “Правильно, Джим. Грейси в глубоком транс и не может слышать тебя. Сколько бы ты ее ни спрашивал, она тебя не услышит”. Он задал Грейси еще несколько вопросов, но на ее лице не дрогнул ни один мускул.

“Грейси, — спросил я, — сколько учеников было в твоём классе?” Она ответила. Я протянул руку и одним пальцем снова поднял ее руку, а затем так же одним пальцем опустил. *(Эриксон показывает левой рукой.)* “Джим, попробуй поднять руку Грейси”. Он подъехал на коляске и попытался поднять. Но когда я опустил руку Грейси вдоль тела, она осталась каталептически неподвижной. Джим не смог оторвать ее от бока. Я же поднял ее одним пальцем и предложил Джиму попытаться опустить руку Грейси. Мускулы у Грейси сократились, и рука осталась неподвижной. *(Эриксон показывает на своей руке.)*

Показывая все это, я не торопился. Затем я сказал: “Грейси, оставайся в глубоком транс, но открой глаза и перейди с ковра к этому креслу”. *(Эриксон показывает.)* “Когда сядешь в кресло, закрой глаза. Затем проснись, открой глаза и удивляйся”.

Грейси села, закрыла глаза, открыла и изумленно спросила: “Как я сюда попала? Я же стояла вон там, на ковре. Как я здесь оказалась?” “Ты сама перешла туда”, — ответил Джим. “Да нет, — возразила Грейси, — я стояла вон на том ковре. Как же я здесь оказалась?” Сколько Джим ей ни толковал, Грейси все спорила: “Я стояла на ковре. Почему я здесь?” Я дал им время попрепираться, а потом сказал Джиму: “Посмотри на часы. Сколько сейчас?” “Двадцать пять минут десятого”, — ответил он. “Правильно, — заметил я. — Вы вошли ко мне в девять, и у тебя был болевой спазм. И до сих пор он не повторился”. “Верно”, — ответил Джим, и его тут же скрутило от боли. “Ну, и как тебе нравится эта боль? На целых 20 минут ты избавился от нее”. “Чего уж тут хорошего, врагу не пожелаешь”, — ответил Джим. “Да, не повезло тебе. А теперь, Джим, смотри на Грейси. Грейси, смотри на Джима. Глядя на него, ты медленно погру-

зишься в глубокий транс. А ты, Джим, наблюдая, как Грейси входит в транс, тоже войдешь в транс". Через минуту они оба были в глубоком транс.

Я обратился к Джиму: "Боль — это сигнал опасности, который подает тело. Это похоже на будильник, который поднимает тебя по утрам. Ты просыпаешься, выключаешь будильник и начинаешь новый рабочий день. Слушай меня, Джим, и ты тоже, Грейси. Как только боль начнет приближаться, просто выключи будильник, и пусть твое тело занимается своей ежедневной, спокойной работой. Слушай меня внимательно, Грейси. Джиму не обязательно все время приезжать ко мне. Ты его жена. Когда Джим почувствует приближение боли, пусть он попросит тебя сесть. Смотрите друг на друга, и вы оба войдете в транс. Тогда ты, Грейси, можешь повторить Джиму те слова, которым я тебя сейчас научу". И я проинструктировал Грейси, что ей следует говорить Джиму.

Я принял их еще несколько раз, чтобы убедиться, что у них все получается. После первой встречи со мной они вернулись в больницу и потребовали приема у главного хирурга. В течение часа они читали ему целую лекцию о гипнозе и доказывали, как он был неправ, как он глубоко, бесконечно ошибался. "Вы видите, — сказал Джим, — у меня больше нет судорог, а вы предлагали еще одну бесполезную операцию. Я бы на вашем месте со стыда сгорел. Вам следует подучиться насчет гипноза". На следующем моем занятии в колледже Феникса появился хирург и усердно записывал все в тетрадку.

Через несколько дней Джим выписался из госпиталя и они с Грейси возвратились к себе домой в Аризону. Правительство выделило Джиму как инвалиду средства на строительство дома. Джим, хоть и в коляске, очень много помогал при строительстве. Он получил от государства трактор и 15 акров земли. Джим научился перебираться из коляски на сидение трактора и сам обрабатывал свой участок.

Поначалу Джим и Грейси приезжали ко мне в Феникс через каждые два месяца, так как Джим уверовал в гипноз как в противостолбнячную сыворотку. Он так и говорил: "Сделайте-ка мне укольчик для подкрепления". Пожалуйста, получай свой "укольчик". Но вскоре Джим стал появляться через три месяца, затем дважды в год. А потом супругам пришла в голову гениальная мысль. Ведь можно позвонить по телефону. Бывало, Джим звонит и говорит: "Грейси у параллельной трубки. Мне бы укольчик для подкрепления". Я спрашиваю: "Грейси, ты сидишь?" "Да, — отвечает она. — Хорошо. Я сейчас повешу трубку, а ты и Джим оставайтесь в транс 15 минут. Ты скажешь Джиму, что надо, а ты, Джим, слушай, что скажет Грейси. Через 15 минут можете проснуться".

Джим и Грейси очень хотели детей, но у Грейси было шесть выкидышей только в течение первых двух лет брака. У каких докторов она только ни побывала, и

все в один голос советовали усыновить ребенка и больше не пытаться завести своего. Я стал крестным отцом усыновленного супругами Слейда Натана Кона.

Когда ему исполнилось два года, они привезли его ко мне в гости и я очень полюбил этого малыша. Он был почти такой же большой, как мой четырехлетний внук, только вел себя гораздо лучше. Грейси и Джим оказались замечательными родителями. А на днях меня пригласили быть крестным отцом их второго усыновленного ребенка.

Относительно человеческих знаний ... они бесконечны ... на самом деле люди знают так много вещей и даже не догадываются о своем знании. Большинство из вас считают, что нельзя самоиндуцировать анестезию. Позвольте привести пример.

Вы занимаетесь в колледже, а там есть один профессор, который ужасно нудно читает свои лекции. Предмет вас не интересует и вряд ли когда-нибудь заинтересует. А он бубнит и бубнит. “Чтоб тебе провалиться, старый сыч!” — думаете вы. Надежды, что ваше пожелание исполнится, нет никакой, а он, знай себе, нудит и нудит. Вы сидите на жестком стуле, у вас уже весь зад онемел, и плечи болят, и руки ноют, и вы извертелись, чтобы сесть поудобнее. И стрелки на часах словно замерли, и лекционный час кажется вечностью. Наконец, старый мухомор иссяк. Вы встаете и блаженно распрямляете затекшее тело.

Буквально на следующий день вы сидите на том же жестком стуле и профессор вам вполне симпатичен. Он говорит о том, чем вы как раз увлекаетесь. Вы всем телом подались вперед, не отрываете от лектора глаз, ушки на макушке. И ваш зад не болит и даже не чувствует жесткого сидения, а стрелки бегут, как ненормальные, и часу мало. Не успела лекция начаться, как уже конец. Такое бывало с каждым из вас. Каждый сам себе анестезиолог.

Сейчас расскажу вам о нескольких раковых случаях. Как-то мне позвонил врач из Месы и сказал: “У меня одна женщина умирает от рака матки. Довольно печальная история. С месяц назад ее муж скоропостижно скончался от сердечного приступа прямо на кухне. Вскоре после похорон вдова пришла ко мне на обследование. Когда у меня собрались все данные, я вынужден был сообщить ей, что у нее рак матки и метастазы затронули тазобедренные суставы и позвоночник. Я сказал, что ей осталось жить около трех месяцев. Я просил ее не пугаться, рано или поздно появятся боли, но я пропишу ей наркотические препараты, чтобы облегчить страдания. Сейчас сентябрь, она, видимо, умрет до конца декабря, но ее мучают страшные боли. Уже не помогают ни огромные дозы демерола с морфием, ни другие наркотики. Боль не прекращается ни на минуту. Может, попробовать гипноз?”

Я согласился и поехал к пациентке на дом, потому что она хотела умереть дома. Я успел только войти в спальню и представиться, как больная сразу заговорила: “У меня кандидатская степень по английской филологии, опубликован том моих стихов, так что я кое-что знаю о силе слов. Неужели вы действительно верите, что силой ваших слов вы сделаете то, что не смогли сделать сильнодействующие химические препараты?” “Мадам, вы знаете силу слов. Но я ее понимаю по-своему. Позвольте задать вам несколько вопросов? Мне известно, что вы принадлежите к мормонам. Вы по-настоящему веруете?” — “Я верю в свою церковь, бракосочеталась в Храме и детей воспитала в этой вере”. “Сколько у вас детей?” — спросил я. “Двое. Сын в июне заканчивает университет штата Аризона. Хотелось бы увидеть его в шапочке и мантии выпускника. Но я умру задолго до этого события. А дочери 18 лет, в июне у нее будет бракосочетание в Храме. Как бы мне хотелось увидеть ее в наряде невесты! Только я умру задолго до этого”. “А где ваша дочь?” — спросил я. “На кухне, готовит мне ужин”, — ответила больная. “Можно мне позвать ее сюда?” — спросил я. Мать согласилась.

“У вас сейчас сильные боли?” — спросил я у матери. “Не только сейчас, у меня болело и всю прошлую ночь, и весь день, и эту ночь будет болеть”, — ответила она. “Это вы так думаете. Я думаю по-другому”, — заметил я.

В это время в спальню вошла очень хорошенькая девушка лет восемнадцати. Мормоны известны своей высокой нравственностью и строгими моральными устоями. Я обратился к девушке: “На что ты готова ради своей матери?” С глазами, полными слез, она ответила: “На все что угодно”. “Я рад это слышать. Сядь вот в это кресло, мне понадобится твоя помощь. Сейчас ты не знаешь, как войти в транс, но это не страшно. Вот ты сидишь рядом со мной и, стоишь тебе заглянуть в самые глубины своего разума, в бессознательное, называй это глубины разума, как ты узнаешь, как войти в транс. Так вот, чтобы помочь своей маме, войди в очень-очень глубокий транс. Такой глубокий, что твой разум покинет твое тело и поплывет в космосе и сопровождать его будет только мой голос. Ты будешь ощущать только мой голос”.

Я повернулся к матери. Она не отрывала напряженного взора от дочери, неподвижно застывшей с закрытыми глазами. Я приготовился сделать нечто, что должно было вызвать протест матери. На девушке была длинная юбка, почти до щиколоток, а на ногах белые гольфы и босоножки.

“Мамаша, — сказал я, — внимательно следите за мной. Вам не понравится то, что я буду делать. Это вызовет у вас чувство возмущения. И хотя вам непонятно, зачем я это делаю, прошу вас молча наблюдать, и все прояснится”. Я стал поднимать юбку девушки, постепенно оголив ее ноги до колен, потом выше колен и до самых бедер. В глазах матери стоял ужас: оголить ноги мормонской

девушке — о таком даже помыслить срашно, каково же видеть это! Мать просто окаменела от ужаса.

Когда бедра оголились на две трети, я поднял руку и со всей силы шлепнул девушку ладонью по бедру. *(Эриксон хлопает ладонью по собственному бедру.)* При звуке шлепка мать чуть не выскочила из постели. Но дочь даже не шелохнулась, даже глазом не моргнула. Я убрал руку, и мать увидела на коже отпечаток моей ладони. Я снова поднял руку и с такой же силой шлепнул по другому бедру. Девушка не моргнула, не пошевельнулась. Она была в космосе и ощущала только мой голос.

Затем я сказал девушке: “Пусть твой разум возвратится и будет рядом со мной. Хочу, чтобы ты медленно открыла глаза и увидела стык стен и потолка на противоположной стороне комнаты”. Я уже прикинул глазами ширину комнаты и знал, что, когда ее взгляд будет устремлен на стык, она увидит периферическим зрением свои оголенные бедра. Девушка открыла глаза, и вдруг залилась густой краской стыда. Она стала незаметно одергивать юбку, полагая, что, может быть, никто ничего не заметил. Все это видела мать.

Я обратился к дочери: “Я тебя попрошу еще об одной вещи. Ты сейчас сидишь рядом со мной. Пожалуйста, пересядь, не поднимая тела, на другую сторону комнаты”. Я стал разговаривать с ней так, как будто она находится на противоположной стороне. Когда она отвечала на мои вопросы, у нее изменилась интонация, как будто она и в самом деле была там. *(Эриксон смотрит на противоположную сторону своей комнаты.)* Заметив что-то необычное в интонации дочери, мать только вертела головой то в одну, то в другую сторону спальни. Позвав девушку обратно, я усадил ее рядом с собой. “Я тебе очень благодарен за то, что ты помогла мне лечить твою маму. Можешь проснуться, ты чувствуешь себя прекрасно, возвращайся на кухню и приготовь маме ужин”. Когда она проснулась, я еще раз ее поблагодарил. И сознание, и бессознательное пациента одинаково заслуживают благодарности. Очень важно выразить эту благодарность.

Проснувшись, девушка ушла на кухню. Я обратился к матери: “Вы этого не осознаете, но вы находитесь в очень глубоком трансе и не чувствуете боли. Так вот, вы знаете силу слов, как вы их понимаете, и вы также знаете теперь силу слов под гипнозом. Я не могу быть возле вас постоянно, да этого и не требуется, но я скажу вам нечто чрезвычайно важное.

Слушайте меня внимательно. Боль вернется к вам, здесь я ничего не могу поделать. Но когда придет боль, я хочу, чтобы вы усадили свою голову и плечи в коляску и укатили с ними в гостиную.

Там, в дальнем углу комнаты, я оставляю для вас особый телевизор. Кроме вас его никто не сможет смотреть. Вы будете включать его в уме. В его программе прекрасная поэзия и литература. Забирайте голову и плечи, катите в гостиную и включайте телевизор. Обещаю, там не будет никакой рекламы. (Я думаю, у женщины, написавшей целый том поэзии, достаточно воображения и воспоминаний.) Смотрите программу, а выбрать ее вы можете по своему желанию, самую любимую, самую заветную, какая придет в голову. Через некоторое время вы устанете, тогда выключите телевизор и отвезите голову и плечи обратно в спальню и приставьте к остальному туловищу. Вы так устанете, что сразу уснете. Это будет хороший, спокойный сон. Когда вы проснетесь, вам захочется поесть или попить. А если вам станет одиноко, пусть ваши друзья навещают вас. Но как только вы почувствуете наступление боли, забирайте голову и плечи в коляску — и долой из спальни в гостиную, смотреть телевизор”.

Месяца полтора спустя, во время своей обычной воскресной автомобильной прогулки по пустыне, я решил навестить мою пациентку. Было 6 часов утра. На дежурство только что заступила незнакомая мне сиделка, видимо, не получившая исчерпывающих инструкций. Мне пришлось попотеть, прежде чем я убедил ее, что я доктор вообще, а также доктор именно этой пациентки. Изучив все мои удостоверения, она, наконец, признала, что хотя сейчас и 6 часов утра, я действительно лечащий врач этой пациентки.

Медицинская сестра сообщила мне: “У нее была жуткая ночь. Она всю ночь шикала на меня. Ей казалось, что она в гостиной. Бредила. Только пытаюсь объяснить ей, что она у себя в спальне, как она мне: “Т-с-с-с!”

Я успокоил пациентку: “Все в порядке. Я сейчас выключу телевизор и все объясню вашей сиделке, чтобы она к вам не приставала. А когда я уйду, программа продолжится с того самого места, на котором я ее выключил”. Сиделка я все растолковал. А моя больная вскоре устала, забрала свою голову и плечи в спальню, воссоединила их с остальным телом и мигом уснула. Проснувшись, она с аппетитом позавтракала, так как изрядно проголодалась.

Ее регулярно навещали друзья и уже не удивлялись, когда она забирала свою голову и плечи и отправлялась смотреть телевизор, который кроме нее никто не видел. Время от времени она возвращалась в спальню, засыпала, просыпалась от голода или жажды или просто просила дать ей немного фруктов или воды со льдом. Ко всему этому друзья постепенно привыкли.

Женщина умерла внезапно, в августе, в коматозном состоянии. Она успела увидеть сына в выпускной мантии и дождалась бракосочетания своей дочери в Храме, откуда та приехала к матери, чтобы показаться ей в наряде невесты. Она прожила спокойно 11 месяцев. “Всегда забирайте голову и плечи из спальни и смотрите этот воображаемый телевизор”.

Мою сестру прооперировали по поводу мастита. Пришло время снимать швы. Вот моя сестра и говорит: “Доктор, я до смерти боюсь этих швов. Вы не против, если я возьму голову и ноги и пойду в солярий?” Сестра мне объяснила потом: “Я загорала в солярии, а сама все смотрела через дверь в комнату. Доктор стоял так, что загораживал мое тело. А потом я взглянула, а его уже нет, я взяла голову и ноги, вернулась и снова приделалась к своему телу”.

Так совпало, что сестра выписалась после операции, а отец вернулся из больницы после обширного коронарного тромбоза. Сидят они вечером, мило беседуют и вдруг каждый замечает, что у другого начался приступ тахикардии. Сестра и говорит: “Пап, у тебя тахикардия, как и у меня. Если мы надумаем драпануть на кладбище, я, пожалуй, тебя перегоню: я ведь помоложе, значит, у меня больше шансов”. “Нет, детка, — ответил отец, — на моей стороне возраст и опыт, так что гонку выиграю я”. И оба весело рассмеялись. Моя сестра до сих пор живет и здравствует, а отец умер в возрасте девяноста семи с половиной лет.

Члены семьи Эриксонов чаще всего воспринимают болезни и неудачи как черные сухари жизни. А ведь нет ничего лучше черных сухарей, скажет вам любой солдат, подъев весь свой неприкосновенный запас. (*Эриксон смеется.*)

Вот еще один раковый случай. Мне позвонил мой коллега и сказал: “У меня есть больная — тридцатипятилетняя женщина, мать троих детей. Она хочет умереть дома. Ей сделали правостороннюю мастектомию, но поздно. Метастазы захватили кости, легкие и другие ткани. Лекарства не помогают. Может, гипноз поможет?”

Я зашел к ней домой. Только я открыл входную дверь, как услышал доносившиеся из спальни причитания: “Не трогайте, мне больно, не трогайте, мне больно, не трогайте, мне больно, не пугайте меня, не пугайте меня, не пугайте меня, не трогайте, мне больно, не пугайте меня”. Я прислушался к этому бесконечному причитанию. Затем вошел в спальню и попытался представиться. Женщина лежала на правом боку, свернувшись калачиком. Было ясно, что если бы я даже стал орать, кричать и повторять свое имя, прорваться сквозь эти непрерывные причитания не было никакой возможности.

Тогда я подумал: “Попробуем привлечь ее внимание иным способом”. Я причитал в унисон: “Сделаю вам больно, сделаю вам больно, напугаю вас, напугаю вас, сделаю больно, напугаю, сделаю больно”. Наконец, она спросила: “Зачем?” — и, не дождавшись ответа, снова завелась. Я тоже продолжал причитывать, только изменил содержание: “Хочу вам помочь, хочу вам помочь, хочу помочь, но я напугаю вас, сделаю больно, но хочу помочь, но напугаю, хочу помочь”. Вдруг она прервалась, спросила: “Как?” — и поехала дальше. Я за-

бубнил вслед: “Помогу вам, помогу вам, напугаю вас, попрошу вас перевернуться мысленно, только мысленно, не телом, перевернитесь мысленно, не телом, перевернитесь мысленно, не телом, сделаю больно, напугаю. Помогу вам, если перевернетесь мысленно, не телом”.

Наконец, она произнесла: “Я перевернулась мысленно, не телом. Почему вы хотите напугать меня?” И снова стала причитать. Тогда я сказал: “Хочу вам помочь, хочу вам помочь, хочу вам помочь, хочу вам помочь”. Прервавшись, она спросила: “Как?” Я ответил: “Я хочу, чтобы вы ощутили укусы комара на правой ступне, вот он жалит, жалит, больно, чешется. Так больно ни один комар не кусал, чешется, болит, такой злой комар вас еще никогда не кусал”.

Наконец, она сказала: “Доктор, извините, но у меня нога онемела, я не чувствую комариного укуса”. “Вот и хорошо, вот и отлично, — сказала я, — это онемение поднимается к лодыжкам, ползет вверх по ноге, ползет по икре, медленно ползет к колену, а вот уже поднимается к бедру, дошло почти до середины бедра, вот уже и середину захватило, захватило середину, а вот уже до самой талии дошло, а теперь это онемение перейдет с правой на левую ягодицу и опустится вниз по левому бедру, вот оно спустилось ниже колена, еще ниже, ниже, ниже, до левой ступни. И вот ваше тело ничего не чувствует от талии и до самого низа.

Теперь онемение медленно поползет вверх по левой стороне, медленно, медленно, к плечу, к шее, а затем вниз по руке, до самых кончиков пальцев. Затем оно поползет по правому боку, под руку, через плечо и вниз до кончиков пальцев. А теперь пусть онемение ползет вверх по спине, медленно по спине, все выше и выше, пока не достигнет затылка.

А теперь мы сделаем так, что онемение поползет к пупку, еще выше и, простите меня, мне так жаль, мне так ужасно жаль, что, когда онемение дойдет до хирургической раны, где была грудь, я не смогу сделать так, чтобы она онемела... совсем онемела. В том месте, где была операция, будет ощущаться сильный укус комара, будет чесаться”.

“Очень хорошо, — сказала больная, — мне гораздо лучше по сравнению с тем, как раньше болело, комариный укус я потерплю”. Я извинился, что не смог избавить ее от комариного укуса, но она все продолжала меня уверять, что не имеет ничего против комариного укуса.

Я часто навещал ее. Она даже прибавила в весе и прекратила свои причитания. Я ей сказал: “Под гипнозом время можно исказить так, что день будет пролетать мгновенно, и перерыв между моими посещениями покажется вам очень коротким”. Я приходил к ней раз в месяц.

В апреле она попросила меня: “Доктор, перед смертью мне хотелось бы хоть еще раз обойти весь дом, заглянуть в каждую комнату и посмотреть на все. И еще, мне хотелось бы в последний раз самой сходить в туалет”.

Я зашел к ее лечащему врачу и попросил показать мне последние рентгеновские снимки. Он поинтересовался, зачем они мне. Я объяснил, что больная хочет пройтись по дому. “Но у нее метастазы подвздошной кости, тазовых костей и позвоночника. Боюсь, попытка закончится переломом обоих тазобедренных суставов”, — возразил он. “Ну, а если бы не все это, она могла бы встать и обойти дом?” — спросил я. “Думаю, могла бы”.

Я сказал пациентке: “Сейчас я надену на вас корсет, и он будет все плотнее обхватывать ваше тело. Он очень крепко сожмет ваши бедра”. Иначе говоря, я сделал так, что ее мышцы сократились и словно в гипсе закрепили ее кости. “При ходьбе вам будет не очень удобно, подвижность бедер будет ограничена. Ноги будут передвигаться только от колен и ниже”.

Так, ни на шаг не отходя от нее, я проводил ее во все комнаты, где она рассматривала игрушки своих троих малышей, их кровати, их платица. Потом она зашла в туалет. Наконец, она с трудом взобралась на кровать и я осторожно снял с нее корсет.

В мае навестить больную я поехал вместе с миссис Эриксон и дочерью Бетти Элис. “Доктор, — пожаловалась моя пациентка, — у меня появилась новая боль, на этот раз в желудке”. “Хорошо, сейчас займемся этой болью”, — ответил я.

Я повернулся к жене и дочери и сказал: “Спите”. Прямо стоя, они немедленно погрузились в глубокий транс. Я сказал, что у них сейчас появятся страшная боль в желудке и чувство тошноты. Обоим немедленно стало плохо от тошноты и невыносимой боли в желудке. Было видно, что моя пациентка преисполнена жалости и сострадания к мучениям жены и дочери. Тогда я сказал: “А сейчас я сниму боль у них и у вас”. Я стал четко внушать, что чувство боли исчезает, тошнота проходит. Жена и дочь проснулись с отличным самочувствием, то же произошло и с больной.

Умерла она в конце июля, когда у нее в гостях были друзья. Она неожиданно упала в кому и умерла, не приходя в сознание.

Вот вам два случая. В одном я опирался на религию мормонов, а в другом использовал черту характера пациентки.

Еще один случай ракового заболевания. Раздался звонок от коллеги, который сообщил: “У меня в Больнице Милосердного Самарянина лежит одна больная.

Ей 52 года, кандидат наук, умница, очень начитана и с великолепным чувством юмора. Но жить ей осталось меньше трех месяцев, она страдает от непрекращающихся болей. Я ввожу ей двойную дозу морфия, демерола и перкодана одновременно, плюс девять гранов амитала натрия. Но она даже задремать не может, так ее мучает боль. Она в состоянии сесть в инвалидную коляску, а машина скорой помощи может привезти ее к вам. Водитель подкатит ее прямо в ваш кабинет. Посмотрите, можно ли сделать что-то для нее с помощью гипноза?”

Водитель вкатил ее через эту дверь прямо в мой кабинет. (*Эриксон показывает на боковую дверь кабинета.*) Доставили ее, значит, в этот самый кабинет. Мне тогда уже было 70 лет, а волосы в основном того же цвета, что и сейчас. Я в таком оперении уже лет 15 хожу. Глянула она на меня и говорит: “Сынок, неужто ты и вправду веришь, что твои заговорные слова подействуют на мое тело сильнее, чем мощные химикаты, на которые это тело, кстати, вовсе не реагирует?”

“Мадам, — ответил я, — я вижу, как расширяются и сужаются зрачки ваших глаз и как дрожат мышцы лица. Из этого мне ясно, что вы страдаете от постоянной боли — бесконечной, пронзающей, пульсирующей боли. Я вижу это своими глазами. А сейчас скажите мне, мадам, какой силы боль вы бы ощутили, если из соседней комнаты вдруг появился бы тощий, голодный тигр и, облизываясь, уставился на вас горящими от голода глазами?”

“При таком обороте дел я бы ничего не успела почувствовать. О, Господи! Я не чувствую никакой боли! Позвольте прихватить этого тигра с собой в больницу?” “Нет проблем, только я предупрежу вашего лечащего врача”, — ответил я. “Сиделкам ничего не говорите, — попросила она, — я хочу над ними подшутить. Как только они станут спрашивать, не болит ли у меня что-нибудь, я отвечу: “А ну-ка, загляните под кровать. Если тигр там, то все в порядке”.

Если женщина пятидесяти двух лет называет меня “сынком”, у нее и вправду есть чувство юмора. Вот этим я и воспользовался.

Иначе говоря, используйте все, что есть у пациента. Если больная причитает, причитайте и вы. Если она исповедует религию мормонов, а вы нет, вам все равно следует знать достаточно о мормонах, чтобы в лечении опереться на их религию. Припомните моего идеалиста Джима и такую же идеалистку Грейси. Я, незнакомый им человек, мгновенно овладел их вниманием, как только попытался приоткрыть лифчик у девушки. Позволять себе такое с высокими идеалистами — верх неприличия. (*Эриксон смеется.*)

Кристина: Вы сказали, что дали Грейси специальные указания относительно того, что говорить Джиму в трансе. Можете объяснить поподробнее?

Эриксон: Я велел ей буквально заучить на память все, что я сказал о будильнике. Просыпаешься, выключаешь будильник, занимаешься разными работами и делаешь все, что положено делать в этот день. Если ты католик, а день постный, ешь рыбу. Так положено. А поскольку Джим строил дом и помогал обрабатывать свой участок, для него это было святым делом.

Участница семинара: Насколько поддаются воздействию спастические состояния при параличе? Э-м-м, вы воздействовали на спастические боли Джима с помощью гипноза?

Эриксон: Да, я не сказал об этом. У Джима были сильнейшие спазмы, но они пропали, как только я дотронулся указкой до груди его жены. Он прямо-таки приклеился ко мне глазами, вот куда делись его спазмы. (*Эриксон посмеивается.*) Я ничего не имел против такой пропажи, да и он тоже.

Другая слушательница: Как вы думаете, насколько раковый пациент может управлять развитием болезни в своем организме?

Эриксон: Здесь нет достаточных экспериментальных данных. Я могу лишь сообщить, что мои лекции в Твин Фоллз, в штате Айдахо, посещал ведущий хирург из местных, Фред К. Очень прогрессивно мыслящий специалист. Он решил, что в Твин Фоллз должно быть медицинское общество, и создал его. Затем Фред решил, что городу нужна муниципальная больница, и развернул компанию за ее строительство. Затем он настоял, чтобы здания строились с соблюдением всех медицинских норм. Фред — настоящий заводила у себя в Твин Фоллз.

После лекций Фред подошел ко мне и сказал: “Прослушав ваши лекции, я понял, что человечество гораздо спокойнее отнесется к трясающемуся от старости психиатру, чем к дрожащему от ветхости хирургу”. Практику по психиатрии Фред прошел в Солт Лейк Сити. Сейчас он профессор психиатрии.

Фред не соглашался принять звание профессора до тех пор, пока ему не разрешили работать в хирургическом отделении. Теперь каждого второго прооперированного им больного он долечивает с помощью гипноза. У этих больных процесс заживления проходит быстрее, чем у других пациентов. Вот все, что я могу вам сказать.

Джейн: Доктор Эриксон, у меня болезнь Рейно. Мне можно помочь гипнозом?

Эриксон: Курить бросила?

Джейн: Да. Я больше не курю.

Эриксон: Хорошо. В 1930 году я увиделся с доктором Фрэнком С. У него тоже была болезнь Рейно. Но он не бросал курения. Любил затянуться со вкусом. Как-то он решил обратиться ко мне насчет своей болезни. “Тебе от нее не избавиться, — сказал я. (*Эриксон смотрит на Джейн.*) — Тебе не стоит переезжать в холодный климат”. Ему предложили заведовать главной больницей в Августе, в штате Мэн. Фрэнк сказал, что хотел бы получить эту работу. “Раз так, вот что я тебе скажу: как только ты почувствуешь, что у тебя похолодели пальцы, попробуй мысленно разжечь огонек в самом кончике мизинца”. Сейчас Фрэнку будет побольше лет, чем мне, но он все продолжает время от времени разводить крохотные костры в кончиках пальцев. Болезнь у него больше не прогрессирует.

Джейн: А у меня, наоборот, холодеют пальцы на ногах.

Эриксон: Время от времени мысленно разжигай огоньки.

Джейн: И сейчас?

Эриксон: Ну, если ты способна прямо сейчас подумать о том же самом, что и я, то ты покраснееешь. (*Смех.*) Ты знаешь, что можешь управлять капиллярами лица?

Джейн кивает.

Эриксон: А капиллярами рук? У тебя раньше бывала на них гусиная кожа? (*Джейн смотрит на свои руки.*) Когда выходишь из тепла на холод, на руках и на всем теле может появиться гусиная кожа. Влезаешь, например в ванну с чересчур горячей водой, а ноги покрываются гусиной кожей, с тобой ведь такое бывало? Это потому, что происходит резкий отлив крови от рецепторов тепла к рецепторам холода.

Теперь можешь краснеть не только лицом, но и ногами. (*Эриксон смеивается.*) Разводить костер на лице ты уже научилась. (*Эриксон смеется.*) Спасибо за иллюстрацию. (*Все смеются.*)

Джейн: Просто здесь жарко. (*Смех.*)

Эриксон: Так. Насколько глубоким должен быть транс во время психотерапии? Вы не очень-то наблюдательны. Беседуя с вами, я несколько раз входил и выходил из транса. Я научился входить в транс, в то же время обсуждать с вами какие-то проблемы и одновременно наблюдать, как этот ковер вот настолько поднимается над полом. (*Эриксон показывает расстояние рукой.*) Это еще небольшой коврик. Я могу рассказывать вам о Джиме и Грейси (*Эриксон смотрит*

рит на ковер), о голодном тигре и прочем, а вы, верно, замечаете, что я начинаю медленнее говорить. *(Эриксон улыбается и оглядывается вокруг.)* Незаметно для вас я могу входить и выходить из транса.

Кристина: Вы не можете рассказать нам подробнее о самовнушении?

Эриксон: Хорошо. Как-то я читал курс лекций по гипнозу, кажется, где-то в штате Индиана. И вот ко мне пробирается здоровенный верзила, сплошные кости и мускулы. На физиономии ничего, кроме упоения своей силой. Захотелось ему, видите ли, пожать мне руку. Не успел этот костолом подойти ко мне вплотную, как я сам поспешил взять его за руку.

Он сообщил, что все его знают по кличке “Бульдог”, и уж если он что забрал себе в голову, то никому его не отговорить. “Ни одна душа на свете не сумеет вогнать меня в транс”, — заявил он. “Хочешь убедиться в обратном?” — спросил я. “Да еще не родился такой человек, чтобы смог меня загипнотизировать”, — твердил он свое.

“Хотелось бы доказать тебе обратное и познакомить с человеком, который сможет тебя загипнотизировать”, — сказал я. “Ловлю вас на слове. Валяйте!” — воскликнул Бульдог. “Сегодня вечером, когда будешь готовиться ко сну у себя в гостиничном номере, выкрой часок, где-нибудь в семь или восемь вечера. Надень пижаму, сядь в кресло перед зеркалом и смотри на человека, который введет тебя в транс”.

Утром он заявился ко мне: “Я в этом чертовом кресле так и проспал сидя до восьми утра. *(Смех.)* Надо же просидеть так всю ночь. Признаю, что сам могу ввести себя в транс”.

В 1950 году была у меня одна пациентка. Звонит она мне спустя какое-то время и говорит: “Весь последний год я изучаю книгу о самогипнозе, по два-три часа каждый день, следуя всем указаниям, но не могу войти в транс”.

“Джоан, — говорю я ей, — ты же лечилась у меня в 1950 году. Неужели после общения со мной ты не сообразила, что надо было давно мне позвонить. Наверное, автор книги, которую ты пытаешься осилить, такой-то”. *(Эриксон называет имя известного профана в гипнозе.)* “Да, он самый”, — отвечает Джоан. Я ей все объяснил: “Все его книжки о самогипнозе не более чем макулатура. Ты пыталась сознательно давать себе указания, что и как делать. Ты действуешь на сознательном уровне. Если ты хочешь самоиндуцировать транс, заведи будильник так, чтобы он зазвонил через 20 минут, поставь его на туалетный столик, сядь перед зеркалом и смотри на свое отражение”.

На следующий день звонит Джоан: “Я завела будильник и поставила на то время, что вы сказали. Только я села и посмотрела в зеркало, как он зазвонил. Я решила, что ошиблась. Опять очень внимательно установила его так, чтобы он зазвонил через 20 минут. Поставила часы на столик, села, посмотрела в зеркало, а будильник опять зазвонил. Часы точно показали, что прошло 20 минут”.

Иначе говоря, нельзя приказывать себе, что делать в состоянии транса. Бессознательное знает гораздо больше тебя. Просто надо довериться бессознательному, и оно займется самогипнозом вместо тебя. Возможно, бессознательное подскажет более интересные идеи, чем те, что ты сам придумашь.

Кстати, недавно к нам приезжала из Далласа моя дочь, которая работает медсестрой. Она рассказывала о своей работе с пациентами. Работа у нее напряженная, много экстренных вызовов, дежурить приходится подолгу. Их отделение занимается пострадавшими в автомобильных катастрофах, а в Далласе их жди в любую минуту.

Мать спросила, как ей удастся уснуть после изматывающего дежурства. “О, это очень просто, — ответила Роксана. — У меня есть часы со светящимся циферблатом. Я знаю, что если через десять минут я все еще смогу различать циферблат, я встану и 20 раз спущусь и поднимусь по лестнице из спальни в гостиную. Я в общем-то лентяйка и мне еще ни разу не приходилось 20 раз бегать по лестнице. Но я твердо знаю, что если через 10 минут я все еще не буду спать и смогу различать цифры на часах, я обязательно вылезу из кровати и 20 раз сбегая вверх и вниз по лестнице”.

У меня есть статья о человеке, который потерял жену. Он жил вместе с сыном-вдовцом. Они сами вели хозяйство и вместе управляли делами в своей конторе по операциям с недвижимостью. Вдруг им пришло в голову поделить хозяйственные обязанности.

Наконец, старик пришел ко мне и сказал: “Я целую ночь не могу сомкнуть глаз, все ворочаюсь с боку на бок и пытаюсь уснуть. Я сплю от силы часа два. Засыпаю где-то часов в пять утра, а в семь просыпаюсь”.

“Хорошо, — сказал я. — Займемся вашей бессонницей. Сделаете все, как я скажу. Вы говорите, что поделили с сыном домашние обязанности. Как вы их поделили?” Он ответил: “Сын делает то, что ему нравится, а я — то, что нравится мне”. “А что вы больше всего ненавидите делать? — спросил я. “Натирать полы. У нас хорошие полы из твердого дерева, люблю, когда они блестят. Я готов сделать всю работу и за себя и за сына, лишь бы он натер полы. Сам я этого занятия терпеть не могу”.

“Понятно, — сказал я. — Я придумал для вас лекарство. Только придется часов восемь не спать. Переживете потерю восьми часов сна?” “Я уж за год столько этого сна потерял, что вполне выдержу лишние восемь часов”, — ответил старик.

Я посоветовал: “Когда вы будете возвращаться домой сегодня вечером, купите банку мастики и специальную тряпку для натирки и полируйте пол всю ночь. Закончите к тому времени, когда вы обычно встаете утром. Затем занимайтесь обычной дневной работой. Так вы потратите два часа сна. На следующую ночь начинайте натирать, когда все укладываются спать. Натрите всю ночь, пока не придет время отправляться в контору. Вот уже четыре часа сна потеряны. На следующую ночь продолжайте натирку — и еще двух часов сна как не бывало”.

На четвертую ночь, прежде чем приступить к натирке пола, старик сказал сыну: “Я, пожалуй, присяду на минутку, пусть глаза отдохнут”. Проснулся он в семь часов следующего утра.

Теперь у него на трюмо красуются банка мастики и тряпка для натирки. Я ему сказал: “У вас часы со светящимся циферблатом, если через пятнадцать минут не заснете, вставайте и натрите пол”. С тех пор спит как сурок, ни одной ночи не пропустил. (*Эриксон смеется.*)

Однажды пришел ко мне на прием доктор и рассказал: “Чтобы окончить колледж, мне пришлось учиться и работать. Много недосыпал. Учиться в медицинском институте тоже было нелегко. Еще до окончания института я женился, пошли дети. Надо было платить за учебу и содержать семью, так что на сон времени оставалось очень мало. С тех пор я ложусь спать в 10.30 вечера. Без конца верчусь, смотрю на часы в надежде, что уже наступило утро, а его все нет и нет. Где-то под утро, часов в пять, я засыпаю, а в семь мне уже надо вставать и идти на работу. Знаете, когда я еще учился в институте, я дал себе зарок прочитать всего Диккенса, всего Вальтера Скотта, Достоевского, я ведь очень люблю литературу. Но времени для этого так и не нашлось. Только и знаю, что ворочаться с боку на бок до пяти утра”.

“Вы хотите нормально спать, как я понял, — заметил я. — И вы все еще сожалеете, что никогда не читали Диккенса. Так купите себе собрание сочинений Диккенса”.

“Расскажите, как устроен ваш дом. У вас есть камин и полка над ним?” Он ответил, что есть. “Прекрасно! Тогда возьмите настольную лампу, поставьте ее на каминную полку, рядом положите том Диккенса, встаньте у камина и читайте в свое удовольствие с 10.30 вечера до пяти утра. Так вы осуществите свою давнюю литературную мечту”.

Через какое-то время мой доктор зашел ко мне и спросил: “А можно мне читать Диккенса сидя?” “Разумеется”, — ответил я. Вскоре он заявляется снова.

“У меня появились осложнения с чтением Диккенса. Я сажусь и, не успев прочесть даже одной страницы, проваливаюсь в сон. Просыпаюсь только утром, а от сидячей позы все тело затекает”.

“Хорошо, — сказал я, — достаньте часы со светящимся циферблатом и, если через 15 минут после того, как улеглись в постель, вы все еще будете разливать цифры на часах, вставайте, становитесь у камина и читайте Диккенса. А поскольку вы уже прочитали кое-что из Диккенса, то сумеете найти другое время, чтобы познакомиться с ним полностью”. Доктор прочитал всего Диккенса, Скотта, Флобера и Достоевского. Он теперь с ужасом вспоминает свои чтения стоя у каминной полки. Уж лучше спать.

Иногда за помощью обращаются те, кто сами в состоянии себе помочь. Одна женщина хотела бросить курить и похудеть. Я заметил, что она успешно может этого добиться и причем без особых неудобств для себя. Она ответила: “Я не могу устоять перед едой и перед сигаретами, но что касается физических упражнений, тут у меня появляется стойкость... и я их не делаю”.

“Вы, кажется, очень верующая, не так ли?” — спросил я. Она ответила утвердительно. “Дайте мне твердое обещание, что выполните несколько очень простых вещей, о которых я вас попрошу”. Она пообещала. Я перечислил свои просьбы: “Храните спички в подвале. Вы живете в двухэтажном доме с чердаком. Курите сколько душе угодно, но храните спички в подвале, а сигареты на чердаке. Как потянет закурить, спускайтесь в подвал, возьмите из коробка спичку и оставьте ее на коробке, бегом поднимитесь на чердак и возьмите сигарету, спускайтесь в подвал и закурите. Вот вам отменные физические упражнения”.

“Вы сказали, что любите перекусить. Предлагаю на выбор: бег вокруг дома или где-нибудь в окрестности. Сделайте определенное количество кругов, возвращайтесь и ешьте, что душе угодно. Такой вариант вам подойдет?” “Неплохая идея”, — ответила пациентка. “Хорошо. Само собой разумеется, что, когда вы испечете торт, следует разрезать его на очень тонкие кусочки. Чтобы съесть один кусок, вам надо с предельной скоростью обежать вокруг дома — и приятного аппетита. А если захочется съесть второй кусочек, надо обежать вокруг дома дважды”.

Просто удивительно, как быстро моя пациентка стала терять интерес к сигаретам... Спускайся в подвал за спичкой (брать ее с собой нельзя), несись на чердак за единственной сигаретой, лети опять в подвал и закуривай. Сомнитель-

ное удовольствие. А беготня вокруг дома... Один круг за один кусок, два за два, три за три... Вскоре аппетит у нее стал гораздо скромнее.

Главное, не надо слепо следовать учебникам и вызубренным из них правилам. Самое важное — побудить пациента делать то, что чрезвычайно полезно именно для него.

Как-то приехал ко мне один фермер из штата Мичиган. “У меня совершенно неуправляемый характер, — заявил он. — Стоит мне выйти из себя, и я могу вклепить оплеуху любому, кто окажется под рукой. От меня уж и жене не раз доставалось. А уж сколько пощечин я раздал дочерям и сыновьям — не счесть. Такой у меня характер, не владею собой”.

“У вас ферма в Мичигане, — заметил я. — Как у вас отапливается дом? На чем вы готовите пищу?” “Печка у нас на ферме топится дровами. Зимой она служит для отопления. На ней же и готовим”. “А топливо где достаете?” — спросил я. “У меня есть большой участок леса”, — ответил фермер. “А что рубите на топливо?” — спросил я. “Когда дуб, когда ясень. Вот только вяз не рублю, его так трудно колоть на дрова”.

“Так вот, с нынешнего дня будете рубить только вязы, — распорядился я. — Когда срубите вяз и распилите его на части, вам надо раз за разом вгонять топор в чурбан, чтобы расколоть его пополам по всей длине. Это страшно неподатливое дерево. Расколоть один вязовый чурбан все равно что расколоть дюжину дубовых. Так вот, когда вы почувствуете, что еще мгновение — и вы сорветесь, хватайте топор и рубите этот чертов чурбан и дайте выход накопившемуся пару”. Я-то знаю, что такое колоть вяз, — страшнее задания не придумаешь. Так он и разряжался на своих вязовых чурбаках.

Зигфрид: У меня вопрос. Вы приводите примеры, когда люди всегда выполняют ваши внушения и с большим вдохновением, чего нельзя сказать о моих пациентах. (Смех.) Мне кажется, что во многих случаях им вовсе не хочется делать то, что им велено.

Эриксон: Вот и мои домашние спрашивают: “Почему твои пациенты выполняют все эти idiotские задания, которые ты им даешь?” Я им отвечаю: “Я говорю с ними очень серьезно. И они понимают, что я действительно верю в то, что говорю. Я предельно искренен. У меня нет ни капли сомнения, что они выполнят мои указания. У меня даже такой мысли не мелькает: “Неужели они будут делать такую чушь?” Нет, я знаю, они все сделают”.

Как-то ко мне пришла женщина и попросила принять ее мужа и помочь ему бросить курить с помощью гипноза. Ее муж, адвокат по профессии, зарабаты-

вал 35.000 долларов в год. Перед самым замужеством жена получила в наследство четверть миллиона долларов. На эти деньги они купили дом. Она оплачивала налоги и коммунальные услуги. На свои деньги покупала продукты. Оплачивала свой подоходный налог и налоги мужа и представления не имела, на что же он тратит свои 35.000 в год.

Все это я узнал из беседы с мужем. Я понял, что он ни за что не бросит курить. Я ему так и сказал в конце нашей часовой беседы и попросил разрешения пригласить в кабинет его жену и сообщить ей, что он прирожденный неудачник. Может, она перестанет тогда его пилить насчет курения.

Адвокат согласился, чтобы я позвал его жену и в его присутствии сказал, что он прирожденный неудачник и не стоит его попусту пилить. Я счел себя вправе так поступить. Ведь адвокат должен знать значение обычных английских слов. Он должен уметь ими пользоваться.

Пригласив жену в кабинет, я сказал ей: “Мне очень жаль вам это говорить, но ваш муж — прирожденный неудачник. Мне кажется, нет смысла пилить и доносить его. Он не хочет бросить курение и не бросит”.

Через два дня влетает она ко мне в кабинет без предварительной записи. А по щекам слезы текут прямо ручьями. “Я заливаюсь слезами, как только мне надо идти к врачу. От моих слез на полу уже лужа образовалась, как сейчас. А завтра мне вести детей к педиатру. Я же вся обревусь по пути туда и обратно. Можно мне как-нибудь помочь?” “Да, слезы — это детское занятие. И часто вы плачете?” — спросил я. “Как только принимаюсь за какое-нибудь дело. Я окончила колледж с дипломом учителя. Так вот, когда я получила работу в школе, я редела целую неделю. Вскоре из школы пришлось уйти, уж слишком много я плакала”.

“Понятно. Завтра вам надо вести детей к педиатру. И вы намерены плакать всю дорогу туда и обратно. Я считаю, что рев — это занятие для детей, стало быть, надо заменить его другим детским занятием, но менее заметным. Достаньте соленый огурец вот такого размера (*Эриксон показывает*) и поглаживайте его всю дорогу к врачу и обратно”.

Через день жена адвоката является ко мне страшно злая, но без слез. “Почему вы не сказали, чтобы я поглаживала огурец, когда буду в кабинете?” (*Эриксон улыбается.*) “Это ваша вина, не моя. Вот вам новое задание. Сегодня в полдень вы взберетесь на Пик Скво, а завтра придете ко мне и отчитаетесь”.

Женщина явилась на следующий день и сообщила: “Полезла я на Пик Скво и, хотите верьте, хотите нет, заблудилась у самой верхушки. Лазила я, лазила

среди каких-то валунов и острых камней, пока не выбралась на вершину. И, знаете, меня охватило чувство радости от личного достижения, свершения чего-то важного. Завтра я опять полезу на пик и уже не сойду с тропинки, а потом приду к вам и доложу. Я все думала, спускаясь, как я ухитрилась сбиться с тропинки. Ее просто невозможно потерять”.

На следующий день она рассказала о своем успешном подъеме на пик и о той радости свершения, которая вновь охватила ее.

Прошло какое-то время и снова жена адвоката неожиданно пришла ко мне. “Мне кажется, мой муж женат скорее на своей матери, чем на мне. Он ничего не может делать по дому — ни кран починить, ни мелочь какую исправить. Зато стоит его матери позвонить ему в час ночи, как он тут же одевается и мчится через весь город, чтобы починить у нее кран или повесить картину. Но сделать то же самое дома он не может. Мне приходится вызывать водопроводчика, или столяра, или брата за дело самой”.

“Конечно, ваш муж должен быть вашим мужем, а не мужем своей матери”, — согласился я.

“Я не люблю свою свекровь, — заявила жена адвоката. — Она может без предупреждения заявиться после обеда, часа в четыре, да еще и привести с собой гостей, а я должна немедленно приготовить изысканный обед. Мне приходится иногда срочно бежать в магазин за необходимыми продуктами. И я готовлю прекрасный обед для нее и ее гостей. Но когда я сажусь с ними за стол, мне тошно и не хочется рот открывать”.

“Согласен, что со стороны вашей свекрови не очень-то любезно заявляться к вам в четыре часа дня и требовать обеда. Когда она появится в следующий раз, вы приготовьте обед, но за стол не садитесь. Сошлитесь на то, что у вас срочная встреча вечером. Неважно, куда вы пойдете, хоть погулять, хоть в кино. И не возвращайтесь домой раньше 11 часов вечера”.

Клиентка пришла через несколько дней. “Моя свекровь с мужем и еще одним гостем заявила в четыре часа и потребовала приготовить роскошный обед. Я последовала вашему совету, обед приготовила — пальчики оближешь. Когда пришла пора садиться за стол, я сказала, что у меня на вечер назначена важная встреча, и ушла. Вернувшись в 11 часов, я увидела, как моя свекровь и муж устроили свою любимую забаву. Они напоили гостя до скотского состояния, и весь ковер в столовой был испачкан рвотой. Мне пришлось за ним убирать”.

Я сказал ей: “В таком случае гость, блюющий на ковер в столовой, а также те, кто этому потворствуют, не имеют права требовать особый обед в любое время и не получают его”. “И я так думаю”, — сказала жена адвоката.

Как-то она зашла ко мне снова. “Я оплачиваю все счета и все налоги, свои и мужа. А он только изредка приносит пакет продуктов. И то только потому, что ему вдруг захочется какого-нибудь любимого блюда. В Сан-Диего предстоит конференция юристов, муж хочет, чтобы я поехала с ним. А я не хочу”. Однако ей сказал: “Если он хочет взять вас с собой, поезжайте. Когда вернетесь, расскажете, как вам там понравилось”.

По возвращении женщина зашла ко мне. “Мне хотелось остановиться в гостинице с бассейном, но муж настоял на другой гостинице, на противоположной стороне улицы, там, якобы, лучше атмосфера. Бассейна там не было, да и особой атмосферы я не заметила. Мне пришлось заплатить тысячу долларов за одну неделю. За питание платила отдельно.

Когда мы спустились в столовую, наша полуторагодовалая малышка начала стучать кулачком по своему высокому стульчику с подносом для еды и радостно булькала, пуская пузыри. Мужа раздражал поднятый ею стук и он ударил ее по лицу. Произошла безобразная сцена”. Я ей объяснил: “Ваш муж — юрист и он должен знать закон о грубом обращении с детьми. Он грубо обошелся с ребенком и, если вы не воспрепятствуете подобному поведению мужа, вы наравне с ним будете отвечать в соответствии с этим законом”. “Я тоже так подумала, — согласилась женщина. — Я ему больше не позволю бить ребенка”.

Прошло несколько недель, и жена адвоката опять появилась у меня. “Раза два, три, а то и четыре в году у моего мужа появляются долги: по две, три, четыре или пять тысяч долларов. Тогда он просит, чтобы я продала часть моих ценных бумаг в покрытие его долгов”. “Знаете, — заметил я, — человек с годовым доходом в 35.000 долларов сам должен платить свои долги, если учесть, что его жена несет все расходы по дому и платит подоходные налоги”. “Я тоже так думаю, — согласилась жена. — Больше не трону свои ценные бумаги”. Я добавил: “Если вы за них возьметесь, то четверти миллиона ненадолго хватит”.

Еще через несколько недель она пришла с новой информацией. “Два-три раза в год муж требует у меня развода. Да, собственно, о каком разводе можно говорить. Я не знаю, куда он уходит и где остается. Он является обычно в четверг вечером и требует, чтобы ему был подан особый обед. А по воскресеньям, пообедав, он немного поиграет с детьми и уходит, а куда, я не знаю”. Я ответил: “Я полагаю, вам следует поговорить с ним откровенно. Раз он просит развод, скажите откровенно, что согласны. Так и скажите: “Хорошо, ты получишь развод, когда пожелаешь, я это тебе всерьез говорю. Но учти, больше не будет никаких обедов по четвергам и субботам, и я сменю все замки в доме”.

Она пришла ко мне еще через полгода и спросила: “У меня есть основания для развода?” Я ответил: “Я психиатр, а не юрист. Но я порекомендую вам честного юриста”. Она записала адрес и спешно развелась.

Прошло приблизительно еще полгода и на пороге кабинета снова появилась моя давняя знакомая, конечно, без предварительной записи. “Вы способствовали созданию у меня ложного представления”, — заявила она. “Каким это образом?” — изумился я. “Когда я была у вас в последний раз и спросила, есть ли у меня основания для развода, вы послали меня к юристу, который добился развода на законном основании. Но когда я подумаю, что целых семь лет была женой этого подонка, меня с души воротит. Я развелась по личным мотивам!”

Я спросил: “Если бы я предложил вам развестись по личным мотивам, как бы вы реагировали?” “Я бы стала его защищать и терпела бы дальше такое замужество”, — ответила она. “Вот в этом все дело. Чем вы занимались последние полгода?” — спросил я. “Как только я получила развод, я начала преподавать в школе. Работа мне нравится. И плакать я перестала”.

Научил ее гладить соленый огурец да сказал, что муж у нее прирожденный неудачник. А он, хоть и юрист, а не сообразил, что не следовало позволять называть себя прирожденным неудачником. А до нее это постепенно доходило... с каждым приходом ко мне, с каждой жалобой.

Зигфрид: Повторите, пожалуйста, последнее предложение. Я не понял.

Эриксон: Приходя ко мне с каждой новой жалобой на мужа, она все больше понимала смысл и правоту моих слов о том, что ее муж “прирожденный неудачник”. Вот зачем на первом приеме я пригласил ее в кабинет и сказал ей об этом.

Зигфрид: А вы на самом деле так считаете? Что он прирожденный неудачник?

Эриксон: А ты разве думаешь по-другому? Он потерял жену, семью. Теперь ему придется жить на собственные средства, выплачивать содержание детям и самому платить подоходный налог.

Зигфрид: Возможно, он сможет исправиться.

Эриксон: Ты так думаешь? Человек, который в течение первых семи лет обращается со своей женой подобным образом, не собирается исправляться. Он как был, так и остался маменькиным сыночком. Он водит свою мамочку обедать в рестораны и все так же бежит чинить краны по первому ее звонку.

Зигфрид: Все это так, но мне кажется, он смог бы сообразить и оторваться наконец от мамыши. Вы думаете, он навсегда останется пришитым к ее юбке?

Эриксон: Да, потому что он не собирается искать человека, который оторвет его от этой юбки.

Зигфрид: Значит, вы считаете, что он еще не созрел для перемен?

Эриксон: Сомневаюсь, что он когда-нибудь созреет.

Зигфрид: Так, так.

Эриксон: А сейчас, Кристина, сходи в мой кабинет, там где-то лежит конверт с историями болезней. Большой такой коричневый конверт. Скорее всего, на бюро с канцелярскими принадлежностями, рядом с письменным столом. (*Кристина идет в кабинет и приносит конверт.*) Тридцатилетнему мужику пора бы перестать мотаться по ночам через весь город, чтобы чинить краны у своей мамы.

Зигфрид: Согласен.

Эриксон: И он должен сам платить свой подоходный налог.

Кто из вас красиво читает по-английски? Не кричите все сразу.

Джейн: Я могу.

Эриксон (передает ей копию письма): Читай вслух.

Джейн: “29 февраля. Уважаемый доктор Эриксон, я пишу в ответ на вашу просьбу, которую вы высказали в нашем телефонном разговоре несколько недель тому назад. Я бы написал раньше, но я хотел повидать доктора Л., чтобы выяснить, не могла бы она проводить меня до Феникса (если представится возможность увидеть вас). Но ее несколько недель не было в городе, вот я и задержался с ответом. Именно она весьма рекомендовала мне вас. Она также подчеркнула, что хотела бы поехать со мной в Феникс, если ей удастся выкроить время. Она очень загружена работой.

Относительно моей проблемы. Я начал заикаться, когда мне было четыре или четыре с половиной года. Разговаривать я начал на двенадцатом месяце. Начало заикания приблизительно совпало с рождением моей сестры (второго ребенка после меня) и с операцией по удалению миндалин вскоре после того, как мне исполнилось 4 года. Я до сих пор не понимаю, имеют ли эти два события какое-либо отношение к моему заиканию. Я неоднократно пытался обнаружить возможные детские потрясения с помощью традиционной психотерапии, безуспешных сеансов гипноза (доктор Л. считает, что я поддаюсь гипнозу), лечения криком у С.Д., с помощью курса терапии по Фишеру-Гоффману. Я пробовал различные телесные терапии, например, рольфинг, Ломи, контрастную терапию, иглоукальвание, биоэнергетику и дыхательные техники. Я пробовал и различные механические устройства. Я прошел ЭСТ и массу специаль-

ных курсов по медитации, религиозно-духовному самопознанию и йоге. Кое-что из того, что я пробовал, в какой-то мере мне помогло. Но у меня все же остается ощущение, что в моем прошлом есть какой-то очень значимый материал, познание которого меня отчаянно страшит.

Несколько моих друзей, медиумов из Бэй Ареа, считают, что мои отношения с матерью все еще остаются неразрешенными. Я также осознаю, что иногда с трудом подавляю в себе чувство гнева. Хотя мне 30 лет, люди считают, что во мне много детского (многие с трудом верят, что мне больше 20), и многие все еще считают меня ребенком. Мне хочется стать взрослым и жить своей жизнью. Я устал всю жизнь вариться в этом котле эмоций.

До сих пор моя жизнь строилась по следующей схеме: за что бы я ни брался, вначале все предвещает блистательный успех. Но стоит возникнуть малейшим шероховатостям, как я отступаю и все идет прахом.

Я особенно надеюсь, что мне удастся избавиться от заикания, потому что этот изъян мешает мне свободно общаться с окружающими и, в отдельных случаях, препятствует более длительным отношениям. По этой же причине мне пришлось отказаться от путешествий по разным странам мира. Поскольку заикание чаще бывает у детей, то я в какой-то мере и сам чувствую себя ребенком.

В настоящее время моя жизнь вступает в период перемен, но я до сих пор не могу полностью проявить свои способности и получить возможность самому зарабатывать на жизнь. Чувство экзистенциональной вины разрушает мое нынешнее существование. В настоящее время я могу рассчитывать только на работу очень низкой квалификации. В свете моего прошлого, это вызывает у меня болезненную неудовлетворенность. Я успешно учился в аспирантуре (исследования в области системного управления и теоретической статистики), но ушел, не защитив докторскую диссертацию, чтобы отдаться своему увлечению музыкой. Некоторое время я занимался музыкой, дела у меня шли успешно. Мне нравилось слушать то, что я играл, и мое исполнение получило определенное признание. Затем на некоторое время я перестал играть, а когда вновь занялся музыкой, то почувствовал жесткость и меньшую чувствительность в левой руке, да и во всей левой стороне. С этого момента я стал играть все хуже и перестал считать себя серьезным профессиональным музыкантом. С угасанием моих музыкальных способностей усиливалась ненависть к себе самому, равно как и употребление наркотиков. Только в последние два года я попытался сократить прием наркотиков (я довольно регулярно употреблял их в течение семи лет).

Сейчас у меня такое ощущение, словно я нашел точку опоры, страстно желаю сделать что-то толковое из своей жизни. Я возлагаю надежды на работу с вами, хотя на сознательном уровне я чувствую внутреннее сопротивление исполнению, и это чувство постоянно преследует меня. Это сопротивление —

часть структуры моего Эго. Возможно, из чувства страха или недоверия я невольно ухожу от предлагаемого сотрудничества.

Надеюсь на ваш скорый ответ. С надеждой ожидаю сотрудничества с вами, если вы согласитесь принять меня. Я буду в вашем распоряжении в любое удобное для Вас время после первого апреля (за исключением вечерних часов по вторникам в течение всего апреля). С уважением, Джордж Леки”.

Эриксон: Вот этот самый пациент позвонил мне несколько недель тому назад. “Алло”, — произнес я в трубку, а в ответ услышал: “Ба-ба, ба, ба, ба, ба, ба”. Я сказал: “Напишите мне” — и положил трубку.

И вот, спустя несколько недель, я получаю этот рассказ о его неврозе и о семилетнем пристрастии к наркотикам. Получив письмо через такой долгий срок, после моей просьбы по телефону, я сразу подумал: “Вот еще один профессиональный пациент, который никогда не излечится, а лишь высосет из меня время и силы, и все напрасно”. Прочитав его письмо, я ему ответил в таком духе, чтобы побудить его написать мне еще. Подобный материал мог пригодиться для преподавания. (*Обращается к Джейн.*) Продолжай.

Джейн (Читает ответное письмо Эриксона):

“7 марта. Уважаемый мистер Леки, исходя из того, что вы звонили мне, чтобы попросить о помощи, но не смогли сформулировать свою просьбу и вам было предложено связаться со мной письменно, что вам следовало бы сделать и без напоминания, я постараюсь сформулировать для вас вашу проблему, возможно, и в тщетной надежде, что это в какой-то мере будет вам на пользу.

Как правило, после телефонных звонков вашего типа и моей просьбы связаться письменно, никаких писем не поступает, а если письмо и приходит, то запоздание списывается на третье лицо, в вашем случае на доктора Л.

Далее, в подобном письме приводится длинная опись опробованных и отвергнутых способов излечения, правда, с признаками периодически возникающего, но весьма краткого интереса к предлагаемой помощи.

Неизменно перечисляются предполагаемые и возможные причины заболевания в тайной надежде, что врач пойдет по ложному пути, в результате чего длительные, упорные, но безрезультатные поиски исцеления будут без помех продолжены. Проблема будет успешно существовать, пока пациент желает оставаться в неведении относительно ее причины.

Для подтверждения устойчивости поведенческой модели, как правило, приводится ряд неудач, в вашем случае — музыка, взросление, самообеспечение, несостоявшаяся защита докторской диссертации.

Письмо считается незавершенным, если в нем не содержатся искусно замаскированные угрозы. В вашем случае — возможное недоверие и отказ сотрудничать, не считая прочего.

Но самое существенное — это упоминание ограничений в лечении, хотя бы самых незначительных. В них может не содержаться никакого здравого смысла, кроме чисто ограничительной функции. Так, ваше ограничение относительно вечерних часов по вторникам, в течение всего апреля, вообще не имеет никакого отношения к делу. Неужели вам могла прийти в голову мысль, что я собираюсь посвящать вам свои вечера?

Если вы дочитали письмо до этого места, естественно, возникает вопрос: хотите ли вы стать моим пациентом? Разве из этого не следует, что я мог бы справиться с вашей драгоценной проблемой? О том, как вы ею дорожите, свидетельствует семилетний стаж употребления наркотиков, что отнюдь не способствовало улучшению вашей речи, скорее, наоборот.

Ждать ли мне ответа на это письмо???? Ваш, до отвращения искренний (как вам может показаться), Милтон Г. Эриксон, доктор медицины”.

Эриксон: Теперь вы знаете, что делать, если получите подобное письмо. Однако послушайте ответ.

Джейн: “11 марта. Уважаемый доктор Эриксон. Как это непосредственно с вашей стороны, одним росчерком пера покончить с излишними формальностями. Ваше последовавшее наступление застало меня врасплох. Я совершенно не искушен во всех этих уловках (за исключением задержки с письмом, о чем говорит ссылка на доктора Л.), которые вы так ясно узрели в моем письме. Ваша пронизательность меня потрясает.

Я обратил внимание на вполне объяснимый возмущенный (но и сострадающий) тон вашего письма. У меня и в мыслях не было прогневать вас. Мне показалось, вы подозреваете меня в искусной попытке направить вас по ложному пути, что ни в коей мере не входило в мои намерения.

Моя проблема не показалась вам новой. Наоборот, у меня сложилось впечатление, что вы прочитали мое письмо как стандартную анкету, где нужные места были заполнены фактами моей болезни.

Да, я все так же хочу быть вашим пациентом. Да, я весьма дорожу своим неврозом неуспеха, разве то же самое не относится ко всем больным? Приношу свои извинения за то, что посмел упомянуть об ограничениях в лечении.

Жду вашего ответа. Смирненно ваш Джордж Леки.

P.S. Обычно я не так сильно заикаюсь как в тот день, когда разговаривал с вами по телефону. Я особенно нервничал и опасался. Я вас и сейчас опасуюсь”.

(Джейн смотрит на Эриксона, прежде чем читать следующее письмо. Он кивает головой, давая знать, что она может продолжать чтение.)

“24 марта. Уважаемый мистер Леки, позвольте сделать несколько поправок.

1) От фактов грубой действительности невозможно отмахнуться “одним росчерком пера”. Факты остаются до тех пор, пока пациент не станет до конца искренен с самим собой и сам не покончит с ними.

2) Сжатую констатацию правды нельзя называть “последовавшим наступлением”.

3) Для человека, “не искушенного во всех этих уловках”, вы проявляете такое тонкое искусство (касательно как упомянутых, так и не упомянутых мною уловок), какое вырабатывается длительной и усердной практикой, в результате которой достигается видимость неискренности.

4) Вас потрясла моя “проницательность”. Вообще-то, в вашем положении не стоит пытаться делать кому-либо комплименты.

5) Что касается “объяснимого возмущенного тона”, вы, как это для вас обычно, ошибаетесь. Это был достаточно насмешливый тон, рассчитанный на то, чтобы побудить вас написать ответное письмо.

6) Сформулированную вами мысль — “моя проблема не показалась вам новой” — можно было подать гораздо тоньше, стоило вам еще чуть-чуть постараться.

7) Ваше заявление: “Да, я все так же хочу быть вашим пациентом” — можно принять, но с такой невероятной натяжкой, что она грозит превысить все допустимые нормы и заявление может рассыпаться в прах.

8) “Я весьма дорожу своим неврозом неуспеха, разве то же самое не относится ко всем больным?” — это настолько смехотворно и абсурдно, что, взгляни вы на это утверждение непредвзято, оно, полагаю, смутило бы даже вас.

9) “Извинение” за придуманное ограничение излишне и не относится к делу.

10) Вы утверждаете, что “весьма дорожите” своим неврозом, а в конце употребляете слово “смиренно”, создавая контраст, цель которого — просто позабавиться.

11) Вы написали: “Я вас и сейчас опасаясь”, хотя следует гораздо больше опасаться вашего “драгоценного” невроза.

12) Весьма ценю предпринятую вами попытку развлечь меня.

С той же степенью искренности, что и прежде, Милтон Г.Эриксон, доктор медицины”.

(Смех. Джейн читает следующее письмо.)

“9 апреля. Уважаемый мистер Леки, предлагаю написать мне письмо 19—20 апреля с изложением ваших пожеланий и целей в связи с просьбой принять вас. Искренне ваш Милтон Г.Эриксон, доктор медицины”.

(Следующее письмо.)

“19 апреля. Уважаемый доктор Эриксон. Относительно моих “пожеланий и целей в связи с просьбой принять” меня.

Мое пожелание основывается на той беседе, которая у меня была с доктором Л. несколько месяцев тому назад. Она рассказала, как вы с помощью гипноза быстро и радикально избавили одного чемпиона по конькам от давних эмоциональных заскоков.

У доктора Л. ваше искусство вызвало прямо-таки священный трепет, и она поняла, что вы смогли бы мне помочь.

Мое пожелание (а, возможно, всего лишь мечта) сводится к тому, чтобы с помощью гипноза нащупать и разрешить некую семейную ситуацию из моего раннего детства, которая, вероятнее всего, препятствует моему взрослению. Я хочу добраться до того момента, с которого я сознательно возьму на себя всю ответственность за свою жизнь. Я хочу избавиться от модели неуспеха и заикания, по которой до сих пор почти всегда складывалась моя жизнь. Я хочу разрешить проблему соперничества с одним из моих братьев. Мне хотелось бы научиться любить окружающих, вместо того чтобы испытывать к ним неприязнь и страх. Я хочу любить себя! (В данный момент я не испытываю такого чувства.) Мне нужно настроить себя на новую позитивную жизненную программу.

Если бы с вашей помощью удалось реализовать эти высокие запросы, я обрел бы свободу творчества и служения обществу, к которой так стремлюсь. В моем случае этому не суждено сбыться, ибо все мои усилия неизменно кончаются провалом и крушением.

Доктор Л. чувствует, что я могу поддаться гипнозу. Хотя я предвижу здесь возможные трудности, поскольку предшествующие попытки оказались безуспешными. Я опасаясь, что мое состояние скорее связано с духовной сферой, никто, кроме меня самого, не сможет мне помочь. Тем не менее, я продолжаю надеяться на лучшее и предвкушаю встречу с вами и наше сотрудничество.

Я позвоню вам в четверг, 22 апреля, в 9 часов утра. С надеждой, искренне ваш Джордж Леки”.

Эриксон: Он-таки позвонил, с надеждой и искренне мой. Естественно, миссис Эриксон ответила: “Доктор Эриксон занят и не может подойти к телефону”.

Джейн (Читает следующее письмо.):

“23 апреля. Уважаемый мистер Леки, я получил ваше заказное письмо, уплатив 20 центов почтового сбора, а также убедился в вашем настойчивом желании беседовать со мной по телефону, невзирая на ранее высказанную просьбу общаться со мной не словесно, а письменно.

Вы выразили пожелание, которое сами определили как возможную мечту “нащупать и разрешить некую семейную ситуацию из моего раннего детства”. Это не терапия, а просто просьба заглянуть в прошлое, в котором ничего нельзя изменить.

Вы выразили пожелание, но не стремление — разрешить существующее с детства соперничество, но ни словом не обмолвились о желании взять на себя простейшие обязательства взрослого человека.

Ваша просьба о лечебной помощи исходит из представлений и надежд доктора Л., чье положительное мнение резко контрастирует с вашим богатым опытом безнадежных ожиданий и неопределенных мечтаний.

Я смогу принять вас в качестве пациента при условии, что вы представите доказательства своей способности взять на себя ответственность за обеспечение самой минимальной, ненормативной самостоятельности.

Преданный вам Милтон Г. Эриксон, доктор медицины”.

(Следующее письмо.)

“28 апреля. Уважаемый доктор Эриксон. “Я смогу принять вас в качестве пациента при условии, что вы представите доказательства своей способности взять

на себя ответственность за обеспечение самой минимальной, ненормативной самостоятельности”.

Пожалуйста, простите мое невежество, но я не вполне понимаю, что вы имеете в виду. Если сформулировать конкретно и просто, что послужит к удовлетворению вышеизложенного условия?

По этому пункту я могу лишь строить догадки, вот они:

В прошлом году в течение пяти месяцев я содержал себя, работая сторожем. Я был уволен в связи с сокращением штата. После этого я собирал федеральные страховые взносы по безработице, продолжая одновременно подыскивать более интересную работу и зарабатывать незначительные суммы своим музицированием. Сейчас я играю в одном оркестре, который записывает альбом. Вас это устраивает? Вы это имели в виду?

Единственное, что мне еще пришло в голову, это то, что вы, возможно, беспокоитесь о том, смогу ли я достать средства, чтобы заплатить за вашу консультацию. Ответ: “Да, смогу”.

Я надеюсь и верю, что не искажил смысл вашего условия. Далее, я надеюсь, что представил доказательства, которые смогут удовлетворить ваше условие. Я прочел ваше условие нескольким моим друзьям, и они подтвердили правильность моей интерпретации.

Если ваше условие удовлетворено, я готов принять ваше приглашение на прием в любое удобное для вас время. Жду вашего ответа.

Преданный вам, Джордж Леки.

(P.S. Посылаю вам 20-центовую марку.)”.

Джейн (Читает следующее письмо.):

“8 мая. Уважаемый мистер Леки, целью психотерапии является изменение к лучшему всех поведенческих навыков, вытекающих из невротических нарушений пациента. Во всех своих письмах вы постоянно и настойчиво отстаивали собственные представления, подчеркивали важность ваших неудач, намекали (весьма тонко) на ваше намерение и впредь цепляться за ваше нынешнее состояние, не желая никаких перемен и только делая вид, что готовы сотрудничать в поисках исцеления, в то же время препираясь со мной, с тем чтобы я согласился с вашими требованиями и принял ваши интерпретации.

Вот весьма забавная и показательная цитата из вашего последнего письма: “Я прочел ваше условие нескольким моим друзьям, и они подтвердили правильность моей интерпретации. (Подчеркнуто мной.)

Не вижу ничего, о чем бы я еще мог вам написать с малейшей долей уверенности, что это будет вам полезно или интересно.

Искренне ваш, Милтон Г.Эриксон, доктор медицины”.

Эриксон: При желании подобную переписку можно продолжать до бесконечности.

Однажды я получил письмо от одной женщины. “Я уже 30 лет активно занимаюсь психоанализом, — писала она. — Скоро я закончу четырехлетний курс гештальт-терапии. Могла бы я после этого стать вашей пациенткой?” Это безнадежные люди — профессиональные пациенты. У них нет другой цели в жизни.

А вспомните того адвоката... ведь у него была хорошо оплачиваемая работа. Но он даже не умел с толком потратить деньги. Машина у него не выкуплена, задолженность по квартирной плате, детям недоплачивает. А ведь получает 35.000 в год. Даже машина ему не принадлежит. Женат семь лет и не разбогател ни на грош с того дня, как впервые вышел на работу. Сейчас он даже еще меньше обеспечен. Женился на четверти миллиона долларов. Теперь у него и этого нет. Воистину, прирожденный неудачник. Родился, чтобы проигрывать. Родился для невезения.

Еще в медицинском институте я получил свой первый урок относительно подобных больных. Мне поручили двух пациентов, которых я должен был наблюдать и вести их истории болезни. Я отправился к тому, кто лежал в палате поближе. Это был старик 73 лет. Его родители до самой смерти существовали на пособие для бедных. Он сам вырос на этом же пособии и стал малолетним преступником. За душой у него не было ни одного дня честной работы. Он воровал по мелочам, неоднократно сидел в тюрьме, причем не очень рвался на свободу, где его ждали бродяжничество и голод. Он и в больницах побывал, где ему оказывалась высококвалифицированная медицинская помощь, причем бесплатно. Он неизменно возвращался к прежнему образу жизни: воровал, попрошайничал и бездельничал. И вот дотянул подобным образом до 73 лет. У него было легкое заболевание, на лечение которого требовалось всего несколько дней. А потом он мог опять сесть обществу на шею. Мне пришла в голову мысль: “Почему человек, который пробездельничал всю свою жизнь, живет до 73 лет, а люди, которые отдали все свои силы и способности обществу, умирают в сорок, пятьдесят и шестьдесят лет?”

Затем я пошел к другой моей пациентке. Более красивой и обаятельной девушки я еще не встречал. Ей было 18 лет. Когда мы разговорились, она свободно и со знанием предмета беседовала о старых мастерах живописи, о Челлини, о древней истории, о прекрасной литературе прошлого. Она отличалась необыкновенным умом, красотой, обаянием, привлекательностью и талантом. Она писала стихи, рассказы, хорошо рисовала и играла на пианино.

Я начал осмотр с головы, посмотрел уши, затем глаза. Я сложил офтальмоскоп и сказал, что мне надо срочно уйти, я совсем забыл про одно неотложное дело, но скоро вернусь.

Я вошел в ординаторскую, сел и сказал себе: “Эриксон, лучше смотреть на жизнь трезво. Этот старый бродяга выздоровеет и еще поживет. Всю свою жизнь он был обузой для общества, на его счету нет ни единого дня честной работы. А эта красивая, умная, обаятельная, талантливая девушка через три месяца умрет от болезни Брайта, это начертано на сетчатке ее глаз. Мужайся, Эриксон. Всю свою жизнь ты будешь сталкиваться с несправедливостью судьбы. Красота, талант, ум, способности — все канет в бездну. А бесполезный бродяга останется. Он родился, чтобы стать неудачником, а она — чтобы стать жертвой случайности”.

По телевидению как-то рекламировали еду для кошек. Там котенок играл с мотком пряжи. В связи с этим я вспомнил, что мне надо вам кое-что показать. Подайте-ка мне вот эту деревяшку.

Как-то у меня в гостях был декан факультета искусств одного университета. Увидев эту резьбу по дереву, он долго ее изучал и наконец сказал: “Я профессор искусствоведения в крупнейшем университете нашего штата. Я сам занимаюсь резьбой по дереву, чем в основном и зарабатываю на жизнь. Мои работы известны в Европе, Азии, Южной Америке и у нас в Штатах”. (Он действительно знаменитый резчик по дереву.) “Эта работа — произведение искусства. Настоящее искусство выражает жизнь человека, его мысли, поступки, жизненный опыт. Я не понимаю, что здесь изображено, но это искусство, причем наполненное глубоким содержанием. Но я его не понимаю”. Передай, пусть все посмотрят. (*Эриксон передает работу Зигфриду.*)

(Примечание: Это — работа аборигенов с Карибских островов. Резьба изображает морскую корову, известную на туземном наречии как “манати”).

Иными словами, здесь изображена жизнь целого народа, их образ жизни, что для них самое важное в жизни и почему, и каково было управление в данной этнической группе.

Зигфрид: Можно спросить? Я — транзактный аналитик. Ядром этой теории является утверждение, что план жизни базируется на очень раннем решении, которое исходит не из ума, а заложено в человеческих глубинах. В основном такое решение поддается воздействию.

Возьмем того человека, о котором вы говорили. Допустим, в принципе, мы сможем вернуть его к той фазе, когда появилось решение быть неудачником, тогда на это решение можно воздействовать с целью его изменения. Возможно, его жизнь изменится, когда у него появится опора для выбора более удачных вариантов и решений, предлагаемых жизнью. Что вы об этом думаете?

Эриксон: Возможно, но как?

Я вам расскажу историю о Джо. В то время мне было десять лет и мы жили на ферме в Висконсине. Как-то летним утром отец послал меня с поручением в ближайший поселок. Когда я подходил к поселку, меня заметили мои одноклассники и сообщили: “Джо вернулся”. Я не знал, кто такой Джо. Они рассказали мне все, что слышали о Джо от своих родителей.

История Джо оказалась не очень приятной. Его исключали из каждой школы за драки, агрессивность и хулиганство. Он мог облить собаку или кошку бензином и поджечь. Он дважды пытался поджечь коровник и дом у своего отца. Вилами он мог проткнуть свинью, теленка, корову, лошадь.

Когда ему исполнилось 12 лет, отец и мать признались, что не в силах с ним справиться, отправились в суд и сдали его в исправительно-трудовую колонию для малолетних преступников. Через три года его отпустили под честное слово повидаться с родителями. По дороге домой он совершил несколько уголовных преступлений, был арестован полицией и возвращен в колонию, где и пребывал, пока ему не исполнился 21 год.

По закону теперь его следовало выпустить. Он вышел из колонии в казенной одежде и башмаках, с десятью долларами в кармане. Родители к тому времени умерли. То, что от них осталось, разошлось по чужим рукам, так что все богатство Джо составляли 10 долларов, тюремная одежда и тюремные башмаки.

Отправившись в Милуоки, он вскоре совершил вооруженный грабёж и кражу со взломом, был арестован и препровожден в исправительное заведение для юношей. Там с ним попытались обращаться, как и с остальными заключенными, но Джо дрался со всеми подряд. Он устраивал бунты и драки в столовой, разбивал столы, посуду и прочее. Тогда они заперли его в камеру-одиночку и туда же приносили еду. Один или два раза в неделю двое, а то и трое здоровых

надзирателей поздним вечером выводили его на разминку. Так Джо и просидел весь свой срок, не получив ни единого дня отпуска за хорошее поведение.

Когда его выпустили, он отправился в город Грин Бэй, где совершил несколько краж со взломом и других уголовных преступлений, и быстро оказался в тюрьме. Джо не пожелал, чтобы и в этой тюрьме к нему относились так же, как к остальным арестантам. Он избивал своих сокамерников, бил окна и творил прочие беспорядки. Его перевели в подземную часть тюрьмы, состоящую из каменных клеток размером восемь на восемь футов (2,4 x 2,4 м. — *Прим. перев.*), с цементным полом, спускающимся уклоном к желобу для нечистот. Вот и весь туалет. Запирали его там и одетого, и раздетого. Я был в таком помещении, оно свето- и звуконепроницаемо. Один раз в день, в час или два дня, в отверстие в двери ему просовывали поднос с едой. Это могли быть кусок хлеба и кружка воды или обычный тюремный обед. Двое надзирателей его роста (а у Джо рост был почти 190 см), один по левую руку, другой по правую, выводили его на прогулку вечером, после наступления темноты, чтобы он не смог избить других арестантов.

Весь свой срок он отсидел в подземелье. Одна отсидка в подземелье может укротить кого угодно. На первый раз он отсидел там 30 суток, но стоило ему вернуться в общую камеру, как он устроил зверскую потасовку и тут же попал обратно в подземелье. Обычно двух отсидок там достаточно, чтобы у человека сдали нервы или вовсе крыша поехала. А Джо провел там два года.

Когда его выпустили, он принялся за прежнее в ближайшем поселке. Его быстро арестовали и отправили в ту же тюрьму, но уже по другой статье, где он опять отсидел свой срок в подземелье.

По окончании срока Джо выпустили и он вернулся в поселок Лоуэлл, куда его родители обычно ездили за провизией. Там было три магазина. Первые три дня Джо простоял у касс, прикидывая дневную выручку.

Все три магазина оказались ограбленными. Исчезла моторная лодка, что стояла на прорезавшей поселок реке. Все знали, что это дело рук Джо.

Я пришел в поселок на четвертый день после этих событий. Джо сидел на лавочке, уставившись перед собой немигающими глазами. Я и мои товарищи стояли возле него полукругом, вытаращив глаза на настоящего живого уголовника. Джо не обращал на нас никакого внимания.

Милях в двух от поселка жил фермер с женой и дочерью. У него было 200 акров хорошей плодородной земли. Кредит за нее был уже выплачен. Короче говоря, фермер был очень богатый. Нужно было по крайней мере двое помощни-

ков, чтобы обработать участок в двести акров. Фермер нанял одного работника, но он в то утро уволился, так как у него в семье кто-то умер. Работник отправился в Милуоки и предупредил фермера, что больше не вернется.

Как я уже упомянул, у фермера была дочь двадцати трех лет очень привлекательной наружности. По местным понятиям, она получила блестящее образование — восемь классов школы. Она была рослая (175 см) и физически сильная девушка. Одна могла забить свинью, вспахать поле, метать стога, молотить зерно и выполнять любую работу точно так же, как наемный работник. А какая она была прекрасная портниха! Все окрестные девушки шили у нее подвенечные платья, когда приходила пора выходить замуж. У нее же заказывали и детское приданое. Что касается кухни, то все признавали ее лучшей стряпухой, а ее пироги и торты слыли самыми вкусными в округе.

В то утро, когда я в 8 часов 10 минут утра пришел в поселок, туда же, по поручению отца, приехала Эди, дочка фермера. Эди привязала запряженную в легкую повозку лошадь и пошла вдоль улицы. Джо поднялся и встал у нее на пути, внимательно изучая ее с головы до ног, а Эди, не двигаясь с места, изучала с ног до головы Джо. Наконец, Джо произнес: “Можно пригласить тебя на танцы в пятницу вечером?” В поселке Лоуэлл каждую пятницу в большом городском зале бывали танцы, куда собиралась вся округа. “Можно, если ты джентльмен”, — ответила Эди. Джо отступил в сторону, и Эди пошла дальше по своим делам.

В пятницу вечером Эди приехала на танцы, привязала лошадь с повозкой и вошла в зал. Там ее уже поджидал Джо. В этот вечер они танцевали все танцы подряд, хотя это вызвало зависть и недовольство остальных кавалеров.

Как я уже сказал, Джо был высоченный парень (около 190 см) с богатырской фигурой и весьма недурен собой. На следующее утро хозяева трех обворованных магазинов обнаружили, что все украденное возвращено, а моторная лодка стоит у причала, как будто и не исчезала. Кто-то видел, как Джо направлялся в сторону фермы, принадлежавшей отцу Эди. Позднее выяснилось, что Джо попросил фермера нанять его на работу, на что отец Эди ответил: “Работать по найму нелегко. Надо вставать с восходом солнца, а ложиться за полночь. По воскресеньям, после церковной службы, работать приходится до конца дня. Это работа без выходных, без отпусков, а плата — 15 долларов в месяц. Я тебе отгорожу помещение для жилья в коровнике, а питаться будешь вместе с нами”. Джо согласился.

Не прошло и трех месяцев, как каждый фермер жалел, что у него нет такого работника, потому что, говоря по-простому, Джо оказался из тех “дураков, кого работа любит”. Он работал, работал и работал, не переставая. Закончив

работу для хозяина, он шел помогать соседу, который сломал ногу, и делал за него всю работу. Вскоре Джо стал так известен, что все только и мечтали, чтобы и им привалило такое же счастье. Джо не отличался разговорчивостью, зато славился дружелюбием.

Через год по округе пошли разговоры. Видели, как в субботний вечер Джо и Эди выезжали на прогулку в повозке. По местным приметам это было начало ухаживания, или “затравка”, как здесь выражались.

На следующее утро прокатилась новая волна слухов. Джо провожал Эди в церковь. Тут уж все было ясно. Через несколько месяцев Джо и Эди поженились. Джо перебрался из коровника в дом и стал главным наемным работником своего тестя. Все его очень уважали. Детей у Джо и Эди не было. И Джо стал интересоваться делами поселка и его жителей.

Когда паренек Эриксонов заявил, что хочет учиться в средней школе, весь поселок загоревал, потому что из паренька мог получиться толковый фермер. А образование, как известно, губит человека. Джо нашел меня и поддержал мое желание учиться, он и многих других поддержал в их стремлении к знаниям. А когда я сказал, что хочу поступить в университет, Джо первый одобрил меня, как и многих других.

Когда в поселке в очередной раз выбирали правление школы, кто-то смехом внес его кандидатуру в список для голосования. Все проголосовали за Джо, он получил подавляющее большинство голосов и автоматически стал председателем правления школы. Все, кто мог, присутствовали на первом заседании правления. Пришли все родители, практически все жители поселка, чтобы послушать, что скажет Джо.

А Джо сказал: “Ребята, вы отдали мне большинство голосов и выбрали председателем правления школы. Насчет учебы я не очень разбираюсь. Но я понимаю, что вы хотите, чтобы ваши детишки выросли и стали порядочными людьми, а самый лучший способ для этого — отправить их в школу. Найдем лучших учителей, купим все лучшее для занятий, и, чур, не орать насчет налогов”. Джо переизбрали в правление школы много раз подряд.

Прошло время, родители Эди умерли, ферма досталась ей в наследство и Джо стал подыскивать себе работника. Он отправился в исправительную колонию и попросил список бывших уголовников, для которых еще не все потеряно. Многие из них исправились и стали полезными для общества людьми, поработав на ферме у Джо. Кому и дня хватило, кому недели, а то и месяца, другие задержались на более длительный срок.

Джо умер, когда ему было за семьдесят, Эди умерла спустя несколько месяцев. Всех, конечно, интересовало завещание. В соответствии с завещанием ферма должна была быть продана небольшими наделами всем желающим. Вырученные средства должны были пойти на создание фонда помощи бывшим молодым преступникам, подающим надежду на исправление. Управление фондом поручалось банку и начальнику исправительного заведения, где сидел Джо.

Для него вся психотерапия свелась к словам: “Можно, если ты джентльмен”.

Когда я получил работу главного психолога штата, мне было поручено обследовать обитателей всех исправительных и карательных заведений. Джо поздравил меня и сказал: “Есть протоколы одного старого дела в тюрьме Вокеша, ты их почитай. Есть старые протоколы в Грин Бэй и в... *(Эриксон называет еще одно исправительное заведение)*”. Я понял, что он имеет в виду свое дело. Я ознакомился с этими протоколами. Читать их было страшно. 29 лет своей жизни он потратил на дебош. Но вот встретилась хорошенькая девушка и сказал: “Можешь пригласить меня на танцы, если ты джентльмен”. Больше ничего не надо было в нем менять. Он сам себя изменил. Перемены исходят не от доктора, а от самого пациента.

У меня был еще один похожий на Джо пациент, по имени Пит. К 32-м годам он 20 лет отсидел под замком. Выйдя из аризонской тюрьмы, он приехал в Феникс. Здесь он напился, подцепил бабенку, разведенную, с двумя детьми, и пришел к ней домой.

Она работала, а он семь месяцев жил за ее счет. За выпивку он служил вышибалой в кабаках. Вечно напивался и вечно ввязывался в драки. Из всех кабаков его повыгоняли. Через семь месяцев, устав от его придинок и вечного похмелья, его сожительница заявила: “Убирайся и чтоб я тебя здесь больше не видела”.

Он обошел все кабаки, упрасывая принять его на работу, но везде получал один ответ: “От тебя один урон”. Он вернулся к своей подружке и попросил дать ему еще один шанс. Но она отказала. Был июль, жара стояла необыкновенная, и вот он протопал шесть миль от дома своей любезной до моего кабинета.

Он уже дважды был у меня на приеме. Вскоре после выхода из тюрьмы он попал в специальное заведение для послетюремной реабилитации и оттуда его послали ко мне на психотерапию. Он пробыл у меня час и заявил: “Воткни ты это все знаешь куда?” — и ушел. Подружка привела его обратно. Он еще час вежливо слушал меня и вежливо сказал на прощанье: “Вы знаете, куда это следует воткнуть” — и ушел.

Затем лечиться ко мне пришла его приятельница. Мы разговорились о том, о сем. Ей хотелось, чтобы ее дочки, десяти и одиннадцати лет, скорее подросли и стали зарабатывать себе на хлеб на панели. Я спросил, неужели она хочет, чтобы ее дочери стали проститутками. “Если мне это подходит, то и им подойдет”, — заявила она. Поняв, что я ее не одобряю, она ушла и больше не появлялась.

Изгнанный из дома своей подружки, невзирая на жару и шесть миль пути, Пит явился ко мне и спросил: “Что вы мне тогда пытались сказать?” Я еще час бился с ним, на что он вежливо ответил: “Вы знаете, куда это следует воткнуть” — и опять ушел.

Он вернулся к подруге и снова просил принять его, но она отказала. Он обошел все пивнушки, там тоже кругом отказ. И вот Пит опять вернулся ко мне, оттопав 18 миль в страшную жару и страдая от похмелья.

Вошел он ко мне и говорит: “Что вы мне тогда пытались сказать?” Я отвечаю: “Виноват, Пит, но я уже воткнул. Могу лишь вот что предложить: у меня большой огороженный двор позади дома. Там найдешь старый тюфяк, можешь на нем спать. Если пойдет дождь, что маловероятно, оттащи его под навес. Если похолодает, что маловероятно, я дам тебе одеяло. Если захочешь пить, там снаружи дома есть кран, а утром стукни тихонько в кухонную дверь, и моя жена выдаст тебе банку тушеных бобов со свиной”.

Мы пошли к воротам, и я добавил: “Если ты хочешь, чтобы я конфисковал твои ботинки для предупреждения побега, тебе придется долго меня упрашивать”. Упрашивать он не стал, так что обошлось без конфискации.

Днем ко мне из Мичигана приехали моя младшая дочь и внучка. Поставив машину под навес, дочь спросила: “Что это за человек сидит на заднем дворе, голый до пояса, и вид у него совсем больной?” — “Это Пит, мой пациент. Он алкоголик. Обдумывает жизнь”. Дочь говорит: “У него на груди большой шрам. Меня интересует медицина. Я пойду поговорю с ним, узнаю, откуда у него этот шрам”. “Верно, девчонки, пойдите, поговорите с ним”, — поддержал я.

Пит сидел на лужайке, и ему было одиноко и очень жаль себя. Возможность поговорить с девушками его обрадовала. Он рассказал им всю свою жизнь. О чем он говорил, я не знаю, но он никак не мог выговориться.

Моя дочь узнала, что во время одного ограбления он получил пулю в сердце, срочно был доставлен в больницу и прооперирован на открытом сердце. Кровь из сердца откачали и зашили. А после этого он отсидел срок в тюрьме.

Девочки проговорили с ним до самого вечера, а потом моя дочь спросила: “Пит, что бы ты хотел сегодня на обед?” Пит ответил: “Я бы выпил пинту-другую, но этого мне не видать”. Дочка подтвердила со смехом: “Нет, этого не видать. Я сама приготовлю тебе обед”. Дочь у меня отменная кулинарка и обед для Пита она приготовила на славу. Он такого в жизни не едал, уплетал за обе щеки.

Утром дочь приготовила такой же роскошный завтрак и опять девочки проговорили с ним весь день. Они хорошо узнали Пита.

Проведя четверо суток у меня во дворе, Пит попросил разрешения сходить к своей приятельнице. Он оставил у нее свой старый автомобиль. Возможно, удастся его подремонтировать и продать долларов за 25. У меня не было никаких законных прав удерживать Пита у себя во дворе. Хочет уйти? Его право. Пусть идет. Пит вернулся с 25 долларами в кармане.

Он сказал, что хочет все обдумать, и провел во дворе ночь. Наутро он попросил разрешения пойти поискать работу. Вернулся он с двумя предложениями. Одна работа была легкая, хорошо оплачиваемая, но на неопределенный срок. Другое место — тяжелая работа на заводе, но постоянная и с хорошей оплатой.

Пит сказал, что ему нужно подумать, какую работу выбрать. Он провел во дворе еще одну ночь. Утром он сообщил о своем решении пойти работать на завод. Он объяснил мне, что 25 долларов ему хватит, чтобы снять дешевую комнату и продержаться на сосисках и гамбургерах до первой зарплаты.

В свой первый свободный вторник он пришел к своей подруге и сказал: “Одевайся. Пойдем со мной”. “Никуда я с тобой не пойду”, — ответила она. “Нет, пойдешь, — сказал Пит, — даже если мне придется вынести тебя на руках”. “Куда же это ты собираешься меня нести?” — спросила его любезная. “В Общество анонимных алкоголиков. Нам обоим туда нужно”.

Они регулярно стали туда ходить. Через две недели Пит произнес свою первую речь, которую начал так: “Любой пьяница, будь он самый беспросветный забуддыга, может стать трезвенником и остаться им. Для этого в качестве стартовой площадки ему нужен задний двор”. (Смех.)

Походив вместе с Питом к Анонимным алкоголикам, его приятельница пришла ко мне на лечение. Она решила, что ее дочери должны окончить среднюю школу, а затем поступить на курсы машинописи и стенографии и честно зарабатывать себе на жизнь. Они заслуживают лучшей доли, чем была у их матери.

Насколько мне известно, вот уже пятый год Пит не пьет и добросовестно работает на своем заводе. А моя психотерапия заключалась в том, что, закрыв его на заднем дворе, я сказал: “Если ты хочешь, чтобы я конфисковал твои ботинки для предупреждения побега, тебе придется долго меня упрашивать”. Моя работа в тюрьме помогла мне узнать кое-что о своеобразном понятии чести у заключенных. Мои слова были обращены к этому чувству чести.

Я полагаю, что врач должен дать пациенту возможность обдумать свои проблемы в благоприятной обстановке. Такова роль врача и не более того.

Взять все эти правила гештальт-терапии, психоанализа, трансактного анализа... Теоретики излагают их в учебниках так, словно все люди похожи друг на друга. Что касается меня, то за 50 лет практики я убедился: каждый человек — это индивидуальность. В каждом пациенте я видел и старался подчеркнуть его индивидуальность, его особенности.

В примере с Питом я воззвал к его чувству чести, как его понимает уголовник, и тем самым смог удержать его на заднем дворе, где он обдумал свою жизнь. Пит мне сказал, что моя дочь и внучка — пришельцы с другой планеты. Они не похожи ни на одну из тех женщин, которых он знал. Они, ей-ей, с другой планеты. *(Эриксон улыбается.)*

Года два спустя моя дочь приехала домой из медицинского института и сказала: “Хочу обследовать сердце Пита”. Мы позвонили Питу и попросили прийти к нам. Дочь самым тщательным образом выслушала его сердце, проверила давление и сказала: “Все в норме, Пит”. “А я вам сразу мог это сказать”, — ответил Пит. *(Эриксон улыбается.)*

Нельзя изменить прошлое. Заглянуть в него полезно. Но пациенты живут сегодня. Каждый день вносит изменения в вашу жизнь.

Только подумайте о переменах в нашем веке. В 1900 году мы путешествовали на лошадях или поездом. Если бы кому-нибудь вздумалось полететь на Луну, он угодил бы в клинику для душевнобольных. Генри Форду советовали завести себе лошадь. Ему говорили: “Эта бензиновая повозка никогда-никогда не заменит лошадь”.

Сколько было бунтов против строительства железных дорог в этой стране. Как-то в библиотеке Бостона я читал подшивки газет с яростными выступлениями против железных дорог. А мы их построили. И автомобили у нас есть. Когда начали вводить автобусные линии, и здесь не обошлось без предубеждений. А теперь автобусных маршрутов не счесть.

В двадцатых годах, когда доктор Годдард заговорил о запуске ракеты на Луну, многие считали, что ему место в психушке. В 1930 году я читал научную статью, в которой какой-то физик доказывал, что если самолет будет двигаться со скоростью, превышающей скорость звука, он распадется на молекулы, то же произойдет и с пилотом. И вот летают реактивные самолеты, преодолевая звуковой барьер, — и пилот жив, и самолет невредим.

Недавно я на собственном опыте убедился, что в ближайшей мастерской на ремонт машины может уйти от недели до двух. Но если надо отремонтировать самый сложный механизм на планете Марс, то достаточно полутора дней. (*Эриксон улыбается.*)

Зигфрид (Смотрит вопросительно.)

Эриксон: На Марсе очень сложный механизм можно отремонтировать за полтора дня.

Зигфрид: Какой механизм?

Эриксон: “Маринер”, который приземлился на Марсе.

Зигфрид: А, понял.

Эриксон: А в мастерской прождешь неделю.

Джейн: Вы хотите сказать, что когда занимаетесь с пациентами, вы предпочитаете не заглядывать в прошлое. Вы начинаете работать с ними в настоящем.

Эриксон: Да, в том времени, в каком они находятся. Сегодня — это сегодня. Завтра они уже будут в завтрашнем дне... другое дело — через неделю, через месяц, через год. Вполне можно забыть свое прошлое, точно так же, как мы забываем, как научились стоять, ходить, разговаривать. Все это забывается.

Было время, когда вы твердили (*говорит по буквам*) “М-а-м-а, ма... ма... мама”. А сейчас читаете вслух страницу за страницей, ничуть не задумываясь о слогах, о буквах, о произношении. Читая письмо, она (*указывает на Джейн*) изобразила кавычки вот так (*Эриксон поднимает руку и рисует в воздухе кавычки*). А сколько времени понадобилось, чтобы выучить и запомнить знаки препинания, а теперь раз... (*Эриксон снова рисует в воздухе кавычки*).

Джейн: Вы считаете, что это одинаково относится как к физиологическому и лингвистическому, так и к эмоциональному развитию человека?

Эриксон: У Джо за спиной было 29 лет дурного эмоционального развития, когда Эди сказала: “Можешь, если ты джентльмен”.

Джейн: Неужели он так вот сразу и решил?

Эриксон: А разве тебе в жизни не приходится так вот сразу решать?

Зигфрид: Пару раз.

Эриксон: Пару раз? Да уйму раз!

Ты так же, не думая, встаешь, переходишь улицу. Тебе и в голову не приходило задуматься, как ты переходишь улицу, как идешь по прямой, как останавливаешься, чтобы взглянуть туда-сюда. Идешь себе автоматически.

Мои студенты часто задают вопрос об автоматическом письме под гипнозом. Всем вам приходилось писать автоматически. Я в этом уверен, хоть и мало всех вас знаю. Вот тебе, например, я могу сказать, что и тебе пришлось писать автоматически. (*Эриксон смотрит на Джейн.*) И ты со мной согласишься.

В январе прошлого года ты написала “1978 год”. Каждый январь мы автоматически пишем цифры прошедшего года. И делаем это чисто автоматически. Каждый январь я получаю множество чеков, датированных прошедшим годом.

А бывает так, что после беседы со студентом или задумавшись о нем, я надписываю ему автограф в книгу и ставлю дату “1953”, а другому “1967”. Потому что во время беседы запомнились именно эти даты. Надписывая книгу, я поставил эту дату, потому что я думал о человеке, а думая о нем, я вспомнил год, который был для него особенно важным.

Массу вещей мы делаем автоматически. Надо сказать, что некоторым автоматическое письмо дается сразу. Другие считают, что этому нужно учиться. Этим я советую приложить карандаш к бумаге и смотреть, как начнет двигаться рука. Движение будет вверх, вниз и волнистое. Очень скоро рука начнет подниматься и дело закончится левитацией. Многие убеждены, что автоматическому письму нужно учиться точно так же, как и обычному правописанию. Вот и демонстрируют свое убеждение.

Многие невротические состояния возникают оттого, что люди чувствуют себя неприспособленными, неспособными. А пытались ли они определить на деле, на что они способны?

Думаю, каждому из вас следует попробовать вызвать свой первый транс. Вас будут одолевать сомнения: “Правильно ли я все делаю? Правильно ли мой подопечный реагирует? Что делать дальше?”

Давайте возьмем кого-нибудь совсем мне незнакомого. (*Эриксон смотрит на одну из женщин и обращается к Зигфриду.*) Поменяйся-ка с ней местами. (*Эриксон смотрит вниз и спрашивает.*) Вы когда-нибудь были в транс?

Женщина: Да, вы вводили меня. (*Трогает Эриксона за плечо.*)

Эриксон: Тогда выберите, кого я никогда не вводил в транс.

Женщина: Бонни подойдет. (*Бонни — врач из Феникса.*)

Эриксон (Женщине): Поменяйтесь с ней местами. (*Бонни садится.*) Во-первых, заметьте, что я не просил ее сесть в это кресло. (*Эриксон указывает на кресло. Бонни утвердительно кивает.*) Я просто сказал ей сесть в то кресло. Ты уже здесь, а я ведь не говорил тебе подойти сюда, говорил?

Бонни: Нет.

Эриксон: Ты в транс? (*Бонни улыбается.*) В транс?

Бонни: Мне кажется, в легком. (*Утвердительно кивает.*) Я очень спокойна и расслаблена. (*Еще раз утвердительно кивает.*)

Эриксон: Скажи, что ты в транс. (*Бонни утвердительно кивает.*) Какой покладистый человечек. (*Эриксон поднимает ее правую руку, и она каталептически застывает.*) Сегодня ты увидела меня в первый раз, верно?

Бонни: Ага.

Эриксон: А ты всегда позволяешь незнакомым мужчинам брать тебя за руку и подвешивать ее между небом и землей?

Бонни: Нет. (*Улыбается.*)

Эриксон: А как же я? (*Эриксон смеется.*) Как ты думаешь, у тебя глаза скоро закроются?

Бонни (Моргает): Думаю, сейчас закрою.

Эриксон: Давай. Ты также войдешь в транс... чувствуешь себя очень удобно.

Входишь в очень глубокий транс... (*Бонни опускает руку*)... входишь легко. И чем тебе удобнее, тем глубже будет транс. Ты там не будешь одна. И другие тоже войдут в транс.

А все остальные, оглянитесь вокруг. Посмотрите, как у многих из вас ограничилась присущая бодрствующему человеку подвижность. У них сократилась психомоторная активность. Обратите внимание на глаза. Они не мигают, в отличие от обычного состояния. А если и мигают... то по-другому.

(*Эриксон обращается к Зигфриду.*) Ты тоже с трудом держишь глаза открытыми. (*Эриксон медленно и настойчиво кивает головой.*) Почему бы тебе их сейчас не закрыть и больше не открывать. (*Эриксон продолжает кивать.*) Совсем закрываются, тебе очень хорошо. Очень удобно. (*Зигфрид сидит с закрытыми глазами.*) В транс обучение идет, кстати, быстрее, чем в бодрствующем состоянии. Нельзя изучить свое бессознательное с помощью сознания.

Так вот, все, что я вам говорил, дойдет до вас в переводе на ваш собственный язык, в соответствии с вашим индивидуальным восприятием. А потом наступит время, когда к вам неожиданно придет внутреннее озарение, внезапное понимание, нежданная мысль, которая вам раньше никогда не приходила в голову. Это заработает ваше бессознательное, подпитывая ваше сознание уже известной вам информацией, о знании которой вы даже не догадывались. Потому что все мы учимся каждый на свой лад.

Джо осенило, когда Эди посмотрела на него и одним взглядом перевернула всю его жизнь, а Пита осенило, когда он обрелся на заднем дворе. Он ведь даже не понимал, зачем он там сидит. (*Бонни открывает глаза.*) Ему было невдомек, как глубоко я постиг понятие тюремной чести, но как раз на этом он и попался. Но свое сознание он изменил сам, отказавшись от жизни, прожитой в разладе с обществом.

Я расскажу вам сейчас одну историю. Большая Луиза проработала вышибалой чуть ли не во всех забегаловках Провиденса в штате Род-Айленд. Это было в 1930 году. Рост у нее был под два метра и борцовская фигура. Так вот, в свободное от вышибания время у Луизы было незатейливое хобби. Она любила выходить на ночные прогулки и, если ей встречался одинокий полицейский, она так его отделявала, что бедняга приходил в себя только на больничной койке. Вот такое было у нее развлечение.

Наконец, терпение начальника полиции Провиденса лопнуло. До каких пор эта кувалда будет калечить полицейских! Он обратился в суд, и Луизу отправили в психушку как представляющую опасность для общества.

Луиза пробыла в больнице полгода, и ей там явно не понравилось. Она понимала, что она не помешанная, и не видела ничего плохого в своем простеньком хобби. Подумаешь, полицейского побила! Поэтому она стала выражать свое недовольство, регулярно подвергая разгрому больничную палату, что обходилось больнице в 500 долларов ежемесячно. Можно представить огорчение главного врача, поскольку бюджет больницы отнюдь не был рассчитан на буйный нрав Большой Луизы.

Как-то утром, когда мы беседовали с главврачом, он поведал мне о Большой Луизе. Я предложил свои услуги и спросил, какие ограничения потребуются от меня. “Да делайте с ней, что хотите, кроме убийства, конечно”, — взмолился главврач.

Я отправился в палату (сам я работал тогда в мужской палате), представился Большой Луизе и сказал, что хотел бы, чтобы она села и, прежде чем начнет буйствовать, выслушала меня. На что она ответила: “Думаешь, тебе удастся меня удержать, когда это с трудом удается 20 санитарам?” “Нет, Луиза, я просто хочу поговорить с тобой 15 минут, а потом можешь делать, что угодно, никто не будет тебе препятствовать”.

Дня через два ко мне пришла медсестра и сказала: “Большая Луиза хочет вас видеть”. Луиза ходила взад-вперед вдоль своей кровати. “Садись, Луиза, и расскажи, в чем дело”, — предложил я. “А ты не позовешь санитаров, чтобы они меня скрутили?” — спросила она. “Никто не собирается сюда врываться и связывать тебя. Вообще тебе никто не намерен мешать. Садись и расскажи мне о зиме в Новой Англии”. Луиза села, глядя на меня с подозрением.

Минут через десять, незаметно для Луизы, я подал знак медсестре (*Эриксон машет рукой*). Сестра позвонила по телефону, и в палату ворвались около 20 студенток, будущих медсестер. Одна схватила стул и с гиканьем стала колотить окна, другие четверо с хохотом подлетели к столу и, ухватившись за ножки, стали отдирать их. Еще одна сорвала телефон со стены. Они прямо-таки вошли в раж и громили все подряд. Я им подсказывал, что еще уцелело, а они с хохотом исправляли огрехи.

Большая Луиза вскочила и крикнула: “Не надо, девчата! Не надо, девчонки! Прошу вас, хватит!” Но те, знай себе, продолжали крошить все вокруг. Луиза все просила их остановиться, потому что ей было неприятно наблюдать свое собственное поведение. С тех пор Луиза пальцем ни к чему не притронулась.

Прошло два месяца, Большая Луиза снова прислала за мной. “Доктор Эриксон, сил больше нет жить со всеми этими сумасшедшими бабами. Можно попросить для меня работу в больничной прачечной?” Попробовали ее отправить в пра-

чечную, но она там тоже много чего попортила. В прачечную ее больше не пустили. “Хорошо, Луиза, я все-таки устрою тебя в прачечную”, — пообещал я. Мы поговорили и прекрасно поняли друг друга. Луиза стала такой хорошей работницей, что вскоре ее назначили заведующей прачечной. Как пациентку ее выписали из больницы, но взяли как сотрудницу.

В штате больницы работал плотник, тоже под два метра ростом. Встретил он как-то Большую Луизу и не мог отвести от нее глаз. Вскоре они поженились. Насколько мне известно, вот уже 15 лет Луиза отлично справляется со своими делами в прачечной. У плотника тоже все в порядке. Правда, по воскресным дням Луиза с плотником позволяют себе побаловаться пивком и слегка повздорить по-семейному, иногда даже и подраться, но кроме них самих никто больше от их кулаков не страдает. А работники они отличные.

Не знаю, что такое случилось у Луизы в прошлом и сделало ее такой. Мне не хотелось, чтобы она заглядывала в свое прошлое. Она последовала советам, данным коринфянам Апостолом Павлом (12): “Когда я был младенцем, то по-младенчески говорил, по-младенчески мыслил, по-младенчески рассуждал; а как стал мужем, то оставил младенческое”.

Я дал Луизе возможность как следует взглядеться в свое детское поведение. И этого оказалось достаточно. Она увидела себя в поведении людей, которым такое поведение вовсе не присуще. Больше никакой терапии не понадобилось.

У меня создается такое впечатление, что учебники по терапии пытаются вдолбить в вас огромное множество понятий. В то время как вы должны черпать понятия из своих пациентов, а не из учебников. Потому что учебники пытаются вогнать вас в определенные рамки: делай только так и не иначе. Но на каждое правило есть исключение. Истинная психотерапия (*Эриксон смотрит на Бонни*) исходит из того, что каждый пациент — уникальная и неповторимая индивидуальность.

Эриксон (Обращаясь к Бонни): Как тебе понравилось в трансе?

Бонни: Отлично.

Эриксон: Я не будил тебя, потому что хотел кое-что проиллюстрировать. Ты оставалась в трансе столько времени, сколько тебе хотелось. Если нет цели, то зачем оставаться в трансе? Я сделал так, что дальнейшее пребывание в трансе стало для тебя бесцельным.

(*Эриксон смотрит вниз.*) Однажды я загипнотизировал ассистентку одного зубного врача из Сан-Франциско. Я велел ей просыпаться. По внешнему виду

она выглядела вполне проснувшейся. Все так и подумали. Но она оставалась в трансе в течение следующих двух недель, круглосуточно.

Позднее, когда мне случилось побывать в Сан-Франциско, я снова ее встретил. К тому времени она уже проснулась. Я ей сказал: “А ведь ты тогда мне не подчинилась и не проснулась. Если это возможно, мне хотелось бы знать, почему ты не вышла из транса”.

“Я буду только рада рассказать вам, — ответила она. — У меня тогда был роман с моим дантистом. Его жена не хотела давать развод. Так дальше тянуться не могло, либо он должен развестись, либо вернуться к жене. Когда я вошла в транс, то поняла, что в этом состоянии я смогу высказать ему все, что у меня на сердце. Но тут его жена пришла к выводу, что больше не хочет быть его женой и сама подала на развод, на собственных условиях. Вот когда мой дантист заявился ко мне с новостью, я решила что пора выходить из транса. Мы поженились. Его жена — счастлива, я — счастлива, и мой дантист — счастлив”.

В другом случае, в Лос-Анжелесе, я ввел в состояние транса двух ассистенток зубного врача. Я заметил, что они не вышли из транса после моей команды, но внешне они выглядели нормально. Я понял, что у них была причина оставаться в трансе.

Две недели спустя я читал лекцию в том же заведении и заметил обеих ассистенток. Отозвав их в сторонку после лекции, я спросил: “А почему это вы, девушки, в трансе уже целых две недели?” “А мы проводим эксперимент, — отвечают. — Мы хотим выяснить, можем ли мы работать так же хорошо в трансе, как и в нормальном состоянии. Если вы считаете, что двух недель достаточно, то мы сейчас проснемся”. Я им объяснил, что человек в трансе работает так же хорошо, как и в бодрствующем состоянии, а, возможно, и лучше — меньше отвлекается по сторонам.

Если бы мне пришлось с моим шофером преодолевать какой-нибудь опасный участок пути, я погрузил бы его в глубокий транс. Пусть он смотрит только на дорогу и не замечает девушку, у которой ветром задрало юбку. Пусть сосредоточится только на дорожных проблемах, не прислушивается к разговору пассажиров и не отвлекается на то, что за окном.

Одна из моих невесток два года маялась, как бы ей сдать кандидатские экзамены. Ей почему-то казалось, что она ни за что не сможет написать сочинение. Муж убеждал ее, что это проще простого. Но я ей сказал: “С какой стати моя невестка должна верить своему мужу? Он что, знает все на свете? С какой стати моей невестке верить своему свекру? Он тоже не все знает”. Тогда она поняла, какие трудные экзамены ее ожидают.

Но она все-таки пришла ко мне за помощью. Я ей сказал: “Войди в транс и на время забудь о своих кандидатских экзаменах. Придет день, и ты войдешь в одну из аудиторий Аризонского университета. Ты увидишь там стопки напечатанных вопросников и тетрадок в синих обложках. Найди удобное место, не обращай внимания на окружающих и славно помечтай о том, как ты провела каникулы в Новой Англии, как путешествовала в Южную Каролину, вспомни и про другие поездки. Время от времени ты будешь обращать внимание на то, что твоя рука пишет, но пусть это тебя не интересует”.

В тот день, когда невестка вернулась из университета, она абсолютно не запомнила, что была там. Две недели спустя, просматривая почту, она сказала мужу: “Здесь какое-то недоразумение. Пришло письмо из регистратуры университета, где сообщается, что я сдала кандидатские экзамены, а я их еще не сдавала”. “Может, через пару дней тебе и диплом вышлют”, — пошутил муж. “Какие глупости! Я же экзамены еще не сдавала”. Пусть себе думает, что не сдавала, зато в регистратуре все точно знают.

Который сейчас час?

Кристина: Двадцать минут пятого.

Эриксон: Чем дольше работаешь над собой и чем мучительнее эта работа, тем лучше делается сердце. У нас сегодня новички. *(Обращается к одной из женщин.)* Веришь в лампу Алладина? *(Общий смех. Обращается к другой.)* А ты? *(Эриксон забирает новичков с собой, чтобы показать свою коллекцию.)*

ПЯТНИЦА

(На сегодняшнем занятии присутствует Сид Розен, психиатр из Нью-Йорка и давний знакомый доктора Эриксона. Он сидит в зеленом кресле.)

Эриксон: Сегодня утром мы с женой обсуждали одну проблему — ту ориентацию, которую люди получают в начале жизни. Мы отметили разницу в жизненной ориентации ребенка, выросшего в городе, и ребенка, выросшего в сельской местности.

Сельский ребенок приучен вставать с восходом солнца и все лето работать после заката солнца, до позднего вечера, с мыслями о будущем. Сначала сев, потом ожидание урожая, затем его уборка. Вся работа на ферме ориентирована на будущее.

Городской ребенок ориентирован на то, что происходит в настоящем. А в обществе, где в ходу наркотики, ориентация на “настоящее” чрезвычайно примитивна. Это очень ограниченная ориентация.

Когда к вам приходит пациент, следует вначале определить его ориентацию. Ждет ли он чего-то от будущего, действительно ли он направлен вперед? Сельский ребенок уже по своей природе нацелен на будущее.

Я вам приведу пример из собственного опыта. У нас был заросший кустарником участок в 10 акров. Целое лето я раскорчевывал его. Осенью отец вспахал этот участок, перепахал еще раз весной и засеял овсом. Овес удался на славу, и мы рассчитывали собрать отличный урожай. В конце лета, помню, было это в четверг вечером, мы отправились взглянуть на наш овес и прикинуть, когда можно начинать уборку. Отец осмотрел отдельные стебли и заключил: “Это будет не просто богатый урожай по 33 бушеля с акра, а невиданный урожай по 100 бушелей с акра, и начинать уборку можно со следующего понедельника”.

Счастливые, мы возвращались домой, мечтая о тысяче бушелей овса и о том, сколько за них можно выручить, как вдруг начался мелкий дождь. Вскоре он разошелся и лил всю ночь четверга, и всю пятницу, и всю субботу, и все воскресенье. Дождь прекратился только в понедельник утром. Когда мы, по колена в воде, добрались до поля, весь овес полег, ни одного стоячего стебля. Отец произнес: “Надеюсь, овес достаточно созрел, чтобы прорасти. Тогда осенью у нас будет зеленый корм для скота. А в новом году и дела будут новые”.

Вот это истинная ориентация на будущее, столь необходимая в сельском хозяйстве.

Городской подросток ориентирован на “сейчас”. Обычно ориентацию на будущее горожанин получает несколько раньше сельского жителя. Для сельского юноши это постоянная ориентация. Он знает, что молодость есть молодость и надо погулять в свое удовольствие, что он и делает, но несколько позднее, чем городской юноша. Последний спешит не упустить настоящий момент, а сельский юноша не торопится.

В обществе, отравленном наркотиками, ориентация на будущее утеряна. Допустим, становится известно, что кто-то умер от слишком большой дозы, это значит, что у торговца, который продал героин, очень крутой товар. И все бросаются его разыскивать, чтобы получить более сильный укол, более мощный эффект. Те, кто прошел через наркотический психоз, через ломку, все равно возвращаются к “ангельской пыльце”, и опять психоз, и в третий раз психоз. Еще долго у них будет вырабатываться ориентация на будущее.

Теперь вот что. Меня попросили, хотя бы в общих чертах, изложить возникновение и развитие сексуальной жизни человека. (Примечание. Еще до занятия я попросил Эриксона затронуть эту тему в пятницу.)

Секс — явление биологическое. Для мужчины это заурядное событие, которое ему даже лишнего волоска в усы не добавит. Опыт местного значения, так сказать.

Для женщины, чтобы ее сексуальный опыт был полным, это означает в биологическом отношении: зачатие, девятимесячный период беременности, роды, постоянный уход до шести-девяти месяцев и затем воспитание ребенка до 16—18 лет.

Когда женщина начинает жить активной половой жизнью, происходит перестройка всей ее эндокринной системы. Изменяется количество кальция в костях. Едва заметно изменяется линия волос на лбу, надбровные дуги слегка выступают. На миллиметр, может, на долю миллиметра удлиняется нос, губы ста-

новятся полнее. Изменяется угол челюсти, слегка тяжелеет подбородок. Увеличиваются или уплотняются жировые отложения на груди и бедрах, перемещается центр тяжести. В результате меняется осанка, походка. Женщина при ходьбе уже по-другому двигает руками и совсем по-другому держится. Наблюдательный человек мгновенно замечает все эти перемены. Потому что с биологической точки зрения в сексуальной жизни участвует все тело женщины. Наблюдая за ходом беременности, можно видеть, как изменяется все тело женщины, оно продолжает меняться и в период вскармливания грудью.

Одна из моих сестер отчаянно старалась забеременеть в течение 13 лет. Поскольку она видела во мне только брата, то не принимала меня всерьез как медика, что, кстати, часто случается среди родных. Поэтому она принимала к себе новорожденных младенцев, по какой-либо причине оставшихся без родителей, и нянчила их до тех пор, пока не находился усыновитель. Десять лет она занималась этим делом и, наконец, обратилась ко мне за советом.

Мой ответ был очень простой: “Ты давно пытаешься забеременеть. Но в тебе что-то не срабатывает. Но стоит тебе самой усыновить ребенка и почувствовать, что он весь твой, имея в виду физическую близость, родство, особое чувство принадлежности — я просто не знаю, как это еще выразить, — как через три месяца ты забеременеешь”. В марте сестра усыновила ребенка, а в июне забеременела. Она потом еще нескольких детей родила.

В начале недели я вам рассказывал о том, как я приехал работать в больницу Вустера, как главврач доктор А., познакомив меня с больницей, пригласил в свой кабинет и предложил сесть. “Эрикссон, — начал он, — если тебя интересует психиатрия, тебе сам Бог велел ею заниматься. Ты здорово хромаешь. Не знаю, где ты схлопотал свою хромоту, я свою получил на первой мировой. Но эта хромота сослужит тебе великую службу в психиатрии: у женщин она вызовет материнское сострадание, и они охотно будут изливаться тебе своей душой. Что касается мужчин, ты не способен вызвать у них ни страха, ни неприязни, ни раздражения: калека и есть калека, что с него взять. Для них ты не соперник, с тобой они будут чувствовать собственное превосходство. Они не будут воспринимать тебя как мужчину. Ты просто калека, а потому тебе можно рассказывать все без утайки. А ты слушай себе, закрыв рот, с каменным лицом, но весь превратившись в слух и зрение, и жди, пока у тебя созреет собственное суждение. Ищи веские доказательства в пользу твоих предположений и заключений”.

Вернемся к сексуальному развитию человека. Новорожденный младенец в этом отношении абсолютно несведущ. Сосать и плакать — вот его первые рефлексы. Да и плачь-то поначалу бессмысленный, выражающий, думаю, неудобство пребывания в новой среде.

Через какой-то период младенец начинает время от времени ощущать что-то теплое и мокрое. Ему приятно это теплое, мокрое ощущение. Проходит еще время, и младенец осознает, что после теплого и мокрого наступает холодное и мокрое, а это неприятно. Наконец, он начинает связывать одно с другим.

Вы берете на руки плачущего ребенка (а он просто хочет есть), успокаиваете его, поглаживая по животику и кладете обратно в кроватку. “Как я хорошо кушал, очень приятно”, — подумал бы малыш, если бы умел думать. Только он начинает засыпать, как в животе сосет с новой силой. “Не надолго же эта еда задержалась у меня в животе”, — подумал бы он и заплакал. Вы опять берете его на руки и на этот раз гладите по спинке, и он успокаивается. Вы кладете его в кроватку и он начинает засыпать. Но в животе опять сосет и тут уж он орет во всю мочь, потому что поглаживание вовсе не еда и не дает чувства насыщения.

С течением времени мать начинает замечать, что бессмысленный плач начинает приобретать различные значения: “Хочу есть”, “Мне холодно”, “Мне мокро”, “Мне скучно”, “Приласкай меня”, “Возьми на ручки”, “Позанимайся со мной”. Чем больше ребенок познает окружающее, тем разнообразнее делается его плач.

Многие матери торопятся приучить ребенка к горшку. Если они начинают слишком рано, им это удастся, но навык быстро теряется, и мать не может понять почему.

Вот лежит малыш на одеяльце на полу или в манеже и вдруг садится и оглядывается по сторонам (*Эриксон показывает*). С большим любопытством. Мать вскрикивает: “Джонни сейчас описается”, — бросается к нему и сажает на горшок. Джонни обнаружил еще один элемент, сигнализирующий о мочеиспускании, — давление в нижней части живота. Не понимая, откуда взялось это ощущение, он озирается вокруг. Теперь ребенок уже знает, что когда появляется такое давление, а за ним будет теплое и мокрое, а потом холодное и мокрое, надо вовремя подавать звук.

Другой момент. Младенец незнаком со своим телом. Он не понимает что руки — это его руки, что он двигает ими. Он не узнает свои коленки и ступни. Для него это просто предметы, и он снова и снова ощупывает их. Это очень трудная работа — узнавать собственное тело.

Я это по себе знаю. В семнадцать лет меня полностью парализовало, двигались лишь одни глаза. Слух и мышление оставались в норме. Бывало, моя сиделка набросит мне полотенце на глаза, чтобы я не видел, и, трогая меня за руку, спрашивает, что это. А я начинаю гадать: левая нога, правая нога, живот, пра-

вая рука, левая рука или даже лицо. Мне понадобилось очень много времени, чтобы начать разбираться, где у меня ноги, где пальцы на ногах, в отличие от этого предмета, где остальные части тела. С завязанными глазами я часами отыскивал себя по частям. Так я научился сочувствовать младенцам и понимать, какие мыслительные процессы происходят у них в голове.

Наконец, наступает такая стадия развития, когда ребенок берет в руку погремушку и трясет ею или берет другую игрушку. Он еще точно не знает, где у него руки. Однажды он замечает непонятный предмет и пытается его взять. Ребенок очень озадачен, потому что погремушка от него не удирает, она не уходит в сторону. Наконец, в один прекрасный день ребенок дотягивается до противоположной руки. Смотреть на выражение его лица в этот момент — настоящее чудо. Он трогает вот это... (*Эриксон трогает левой рукой правую.*) Он ощущает дорсальную стимуляцию и осязает ладоню, и это каким-то образом связывается в его мозгу. Обнаружив одну руку, он быстро учится дотягиваться одной рукой (*Эриксон показывает*) до другой руки. Затем вы замечаете, с каким любопытством ребенок изучает каждый палец, уясняя для себя, что все они — часть вот этого и вот этого... (*Эриксон трогает правое запястье, предплечье, локоть*) и связаны с этим, и так до самого плеча.

У меня восемь детей, и я наблюдал, как каждый из них открывал свою физическую тождественность с самим собой. В принципе, постижение самого себя проходило по общей схеме для всех. Как правило, они знакомятся сначала со своими руками, а потом с ногами.

Вот еще что примечательно в новорожденном — его голова составляет седьмую часть всей длины тела. Когда тело ребенка подрастает, он уже может поднять руку вот до сих пор (*Эриксон показывает, касаясь рукой головы*). Но в будущем он сможет поднять ее высоко над головой. У ребенка осознание всего этого вызывает изумление.

Гордясь своим отпрыском, папа и мама учат его: “Покажи, где у тебя волосики, покажи лобик, а где глазки, а носик, а ротик, а ушко?”

Они думают, что грудной ребенок знает, где у него волосы или где глаза. Обычно при обучении родители стараются, чтобы ребенок показывал все правой рукой, чтобы он стал правшой.

Джонни пока еще невдомек, где у него уши, потому что родительское “повыше, немного вперед, с той же стороны, где и рука” (*Эриксон левой рукой трогает левую сторону лица*) ровным счетом ничего ему не говорит. Совсем другое дело самому познакомиться с противоположной стороной своего тела. (*Эриксон трогает правое ухо левой рукой.*) А потом наоборот. (*Эриксон трогает*

левое ухо правой рукой.) Понаблюдайте за ребенком и, если он уже может поднять свою руку вот так, помогите ему дотронуться до уха. (*Эриксон поднимает левую руку и через голову дотрагивается до правого уха.*) Личико ребенка переполняется изумлением. “Так вот где у меня ухо”, — словно написано на нем. А затем он должен научиться находить противоположное ухо другой рукой. (*Эриксон показывает.*) Очень интересно наблюдать, как малыш без конца дотягивается через голову то одной, то другой рукой до противоположного уха. Но он еще пока не знает, где у него уши. Затем ему удается закинуть руку позади головы и дотянуться до противоположного уха, и опять неопишное изумление на мордашке: “Так вот где у меня ухо”. Он должен познакомиться со своим ухом и спереди, и снизу, и через голову, и позади головы. Вот тогда уж младенец точно знает, где у него ухо.

А учебы впереди непочатый край. Над лежащим в колыбельке малышом возвышаются папа и мама, и пока что вся деятельность ограничивается вот этим. (*Эриксон показывает.*)

Проведя несколько месяцев в больнице после автомобильной катастрофы, мой сын Роберт вернулся домой. Когда наконец сняли гипс, он лежал дома на диване. Повернувшись набок, он посмотрел на пол и сказал: “Пап, мне кажется, что пол от меня так же далеко, как потолок. Боюсь даже попробовать встать”. На что я ответил: “Как далеко от тебя потолок, ты уже выяснил, а теперь надо выяснить, как далеко находится пол”. Он прикидывал расстояние еще несколько дней. (*Эриксон показывает, переводя глаза вверх и вниз и прикидывая расстояние от пола до потолка.*)

А теперь наблюдаем, как растут дети. Сначала всего-то вот столько от пола. (*Эриксон показывает.*) Но ребенок все вытягивается и вытягивается, сначала руки у него достают вот до сих пор, а потом все ниже и ниже (*Эриксон начинает со своей головы и постепенно опускает левую руку до уровня колена.*) Расстояние до разных частей тела меняется изо дня в день, по крайней мере, от недели к неделе.

Я помню, как один из сыновей сказал: “Мам, давай станем спиной к спине, я хочу посмотреть, какого я роста”. Он оказался пониже матери буквально на сантиметр с небольшим. Через две недели они опять померялись и он уже был ровно на столько же выше. Самый “неуклюжий” возраст. Мышцы те же, а кости длинные. Мышца действует с той же силой, но на более длинном рычаге. Родители называют этот возраст “неуклюжим”. Но это время роста.

А малышу Джонни предстоит найти и установить место расположения всех частей своего тела. Он с удивлением узнает, что мочится через пенис. Раньше он знал только теплое мокрое ощущение.

Научившись ходить, он желает пользоваться туалетом, как папа, и заливает все вокруг. После некоторого недоумения он постигает истину: “Если пользуешься пенисом, направляй его”. Не без труда он приобретает навык пользования унитазом.

Затем он учится рассчитывать время до мочеиспускания. Он выясняет, что из прихожей успеть в туалет легче всего, посложнее вовремя попасть из гостиной, из кухни еще труднее, а с крыльца или со двора совсем трудно. Так он учится рассчитывать время, чтобы вовремя попасть в туалет.

Второй важный урок на будущее ребенок постигает, когда, явившись вовремя в туалет, он обнаруживает его занятым. Выход один — в штаны. (*Эриксон смеется.*) Мать думает, что сын сделал это назло. Ничего подобного, он просто еще не научился учитывать фактор народонаселения при мочеиспускании. (*Эриксон смеется.*)

Все эти знания приобретаются по частям. Джонни узнает, что в туалетном деле есть еще и социальный аспект.

А вот еще один момент. Джонни уже вполне постиг туалетную науку. И вдруг мамаша надевает на него новенький костюмчик и предупреждает: “Сиди на стуле смиренно; не вертись, не испачкайся. Мы идем в церковь”. Раз — и у Джонни мокрые штаны. Почему? Так ведь на нем новый костюмчик, поди найди там свой пенис. Матери надо было отвести его в туалет и показать, как ему найти свой пенис в новой одежде. Вместо этого мать злится, подозревая, что Джонни за что-то с ней сквитался. Ведь он же давно умеет пользоваться туалетом, но она упустила из виду новый костюм. Черт его знает, как пенис соотносится с новым костюмом.

Расскажу вам для примера забавную историю. Одному генералу поручили проинспектировать женский пехотный корпус. Проходя вдоль строя, он рывкнул: “Подтянуть живот и не носить носовых платков в нагрудных карманах!” (*Эриксон смеется.*) Пришлось ему объяснять, что это не платки. (*Эриксон смеется.*) Как много мы забываем с годами.

Итак, Джонни научился вовремя добираться до туалета, научился управлять струей. Научился учитывать социальный аспект туалетного дела и узнал, что пользоваться туалетом можно не только у себя дома.

Однако есть люди, которые не признают ничего, кроме домашнего сортира.

Вот одна история болезни. Прямо напротив начальной школы, бок о бок, жили две семьи. У одних был мальчик, у других — девочка. Обе семьи были заняты

в одном семейном бизнесе. Когда дети закончили начальную школу, родители продали свои дома и купили новые, прямо напротив средней школы. Окончив среднюю школу, юноша и девушка не стали поступать в колледж, а тоже подключились к семейному бизнесу. Вскоре они полюбили друг друга к полному восторгу и тех и других родителей. И, наконец, родители устроили им пышную свадьбу с массой гостей.

Родители скинулись и сняли молодоженам квартиру в полутора милях от родных пенатов. В 10.30 вечера молодые, пообвыкнув в новом жилище, начали готовиться ко сну, и вот тут-то все пошло кувырком. Сортир оказался совсем незнакомым. Обоих детей приучили даже из школы прибегать только в свой туалет. А тут незнакомый туалет. Оба ни разу в жизни не пользовались ничем, кроме домашней уборной. Пришлось срочно одеться и полторы мили нестись домой, чтобы сделать свои дела.

По возвращении в квартиру они должным образом завершили свой брак, но утром опять отправились в родной туалет.

Пришлось им обратиться ко мне, чтобы выяснить “как пользоваться незнакомой уборной”. Я им растолковал, что мочиться можно где угодно и где укромно, а не обязательно в фамильном сортире. А все оттого, что родители ни в коем случае не позволяли им пользоваться школьными уборными.

Сид Розен: А как вы их научили? Рассказывали им разные истории на эту тему?

Эриксон: Я провел их в свой туалет и сказал, что им пользуются восемь детей и двое родителей, да и пациенты тоже. Мы обсудили все без стеснения.

Однажды мою дочь пригласил на званый обед один молодой человек. Его отец пришел ко мне и заявил: “Доктор Эриксон, мой сын пригласил вашу дочь на обед. Я не хочу вас оскорбить, но вы понимаете, что мы принадлежим к разным слоям общества”. “Конечно, — ответил я. — Я знаю, что вы унаследовали свои миллионы от вашего деда, а ваша жена получила свои миллионы от своего деда. Вот вы и оказались на ином общественном уровне”.

“Очень хорошо, что вы это понимаете, — успокоился он. — Надеюсь, вы внушите вашей дочери, что ей не на что рассчитывать”. Он был чрезвычайно любезен. (*Эриксон улыбается.*)

После обеда отец юноши пришел извиняться. “На этом обеде, куда мой сын пригласил вашу дочь, я просто сгорал от стыда за всех присутствующих там взрослых. У каждого прибора лежало с полдюжины разных вилок и ложек, и

все взрослые исподтишка подглядывали друг за другом, не зная, когда какой ложкой пользоваться. А ваша дочка смотрела по сторонам честно и открыто, вовсе не пытаясь скрыть свое неведение". И добавил: "Вы знаете, моя жена интересуется, откуда у вашей дочери такое чудесное вечернее платье". Я позвал мою двенадцатилетнюю дочь и сказал: "Мистер Х. интересуется, где ты достала свое вечернее платье. Он уже выразил свои сожаления, что нам пришлось разориться на такое изысканное вечернее платье". Дочь ответила: "Я сама его сшила. Поехала в город, купила материю и сшила". (*Эриксон улыбается.*) Уж он извинялся, извинялся (*Эриксон смеется*), ведь жена послала его узнать, в каком магазине моя дочь купила такое красивое платье. Ему и в голову не могло прийти, что человек сам может сшить себе вечернее платье.

Вернемся к пенису и неограниченным возможностям его использования. (*Эриксон и вся группа смеются.*) Мальчишке обязательно хочется попробовать написать на кота, собаку, клумбу, сенокосилку, в бутылки и банки, в дырки в заборе от выпавших сучков. Ему обязательно надо взобраться на дерево и убедиться, долетит ли струя до земли. Иначе говоря, появляется неосознанное представление, что пенис нужен в окружающем мире. Но вот как им в этом мире пользоваться, никто не говорит. Вот и приходится доходить до всего экспериментальным путем.

Я помню, как наша экономка в Мичигане выходила из себя от злости, обнаруживая там и сям в доме бутылки и банки с мочой, следы экспериментов моих сыновей. Я даже не пытался ей объяснить, что это обычное дело. Все мальчишки через это проходят. Уж очень она была щепетильна.

У меня семь сестер и четыре дочери. И все они прошли через этот этап. Как стемнеет, так и рассядутся в углу заднего двора. То же самое и на пикниках, все экспериментируют. И каждый раз убеждаются, что мочеиспускательный тракт необходим для наружного использования.

Иногда мальчики рождаются с эрекцией. Это вызвано растяжением мочевого пузыря. Подростку предстоит узнать, что у члена три разных типа иннервации: нервные окончания кожи, нервные окончания пещеристого тела члена и нервные окончания головки. Он научится чувствовать разницу в ощущениях, когда пенис мягкий, когда частично напряжен, когда наполовину поднят, на три четверти и, наконец, полная эрекция. (*Эриксон показывает, поднимая руку с подлокотника наполовину, на три четверти и т.д.*)

Мальчишке захочется поиграть со своим членом. Люди называют это мастурбацией, а я называю "члено-ориентированный детский лепет". Ребенок должен познать все ощущения на каждой стадии эрекции и получить от них удовольствие. Он должен научиться терять эрекцию и снова ее восстанавливать.

В своей психиатрической практике я встречал мужчин, которые не знали, как получить эрекцию; мужчин, у которых происходило преждевременное семяизвержение; мужчин, испытывавших жуткий страх при входе члена во влагалище. Просто они вовремя многого не узнали. Вот почему мальчишки занимают мастурбацией: чтобы узнать, как получить эрекцию, как наслаждаться ею, как ее терять и вновь восстанавливать.

Затем возникает новая проблема. До сих пор мальчишки всегда сравнивали себя с другими: “Гляди, какой я сильный. Пощупай мои мускулы. Дай-ка твои пощупать. (*Эриксон показывает левой рукой.*) Посмотри, чьи тверже?” На этой стадии своего развития мальчик сравнивает себя с другими представителями своего пола. Поэтому ему надо выяснить, такой ли твердый у него член, как и у других мальчиков. Здесь тоже не обходится без экспериментов и ощущения. Некоторые называют это гомосексуальной стадией, а я называю стадией групповой ориентации, сексуально-ориентированной стадией, однополо-ориентированной стадией.

Далее следует научиться семяизвержению (эякуляции). Если излагать упрощенно, эякуляция состоит из выделений уретры, выделений простаты и собственно спермы. Первая эякуляция скорее всего будет уретральной, или состоять частично из выделений уретры и простаты.

Эякуляция — это как еда. Младенца начинают кормить кашцей, чтобы облегчить глотание. Проходит время, пища попадает в желудок, из желудка в кишечник, затем в тонкие кишки, а у ребенка еще только начинает выделяться слюна для предварительной обработки этой пищи. Ребенку предстоит научиться переваривать разнообразную пищу, чтобы пищеварение начиналось во рту, продолжалось в пищеводе, с помощью соответственно выделяемых соков, чтобы пища проходила через все отделы желудка и кишечника, с их особыми видами пищеварительной секреции, от А до Я. Дети учатся переваривать разную пищу в разном возрасте.

Подросток должен мастурбировать, пока не научится разделять выделяемое на три составные: из уретры, из простаты и само семя. Затем надо научиться эякулировать все три составные почти одновременно, но в правильном порядке.

Как-то у меня на приеме был доктор. Он сообщил: “Я женат уже 13 лет. У нас 11-летний сын. Но мы с женой не получаем никакого удовольствия от половой жизни. Весьма неприятное занятие”. Я спросил: “А в детстве вы много занимались мастурбацией?” “Всего два раза и, слава Богу, отец меня застукал оба раза. Я так и не кончил”.

“Хорошо, — сказал я. — Сделайте у себя в лаборатории анализ содержимого вашего презерватива. Доктор отнес на анализ патологу одиннадцать презервативов. В одних было выделение из уретры и простаты, в других — из простаты и семенной. Семенная часть встречалась в эякуляте реже всего.

Получив результаты анализов, доктор снова пришел ко мне. “Учился я, учился в медицинском институте, а ничему не научился”, — заключил он. Я объяснил: “Вам надо было в свое время побольше мастурбировать, чтобы научиться получать все три типа выделения в правильном физиологическом порядке”. Я посоветовал ему каждый день запереться в ванной и мастурбировать.

Примерно на 28-й день доктор увидел в прихожей направляющуюся в ванную жену. Он подхватил ее на руки, отнес в спальню и повел себя как настоящий мужчина. Оба потом признались, что впервые получили большое удовольствие от половой близости. Вот что значит научиться правильной эякуляции.

Некоторым подросткам эта наука дается очень быстро. Другим надо пытаться тысячу раз, прежде чем они осилят задачу. Это тоже своего рода школа.

А в этой школе надо овладевать еще одним предметом: надо понять, что мастурбация и эякуляция по своей природе не должны осуществляться вручную. И вот во сне подросток начинает увязывать эмоциональные реакции и мысленную эякуляцию. В результате приятный сон, но мокрая постель. Мать подозревает сына в том, что он сам себя накрутил, начинает его стыдить: здоровый парень, а так себя ведет. На самом деле это биологический способ, с помощью которого будущий мужчина учится отделять половую деятельность от ручного труда.

Наконец, мальчик начинает замечать девочек. Расскажу вам об одном из моих сыновей.

Он уже учился тогда в выпускном классе. “Пап, я буду заниматься у Евы, — заявил он. — По математике и истории у нее котелок варит, будь здоров! Мы решили заниматься у нее”. И стал заниматься.

Затем он стал приглашать кататься Еву на роликах, на специальном катке. Сначала они катались отдельно, вскоре начали кататься взявшись за руки, это была ритмичная физическая активность. После катка они отправлялись куда-нибудь в кафе и стимулировали слизистую рта. Именно это стало гвоздем всего похода на каток.

Пришло лето, и они с Евой впервые пошли вместе плавать. Вернувшись с купанья, сын с изумлением заявил: “Пап, ты не представляешь, сколько на девчонке кожи!” “Столько же, сколько и на мальчишке”, — ответил я.

Мои дети любили наблюдать, как я бреюсь по утрам, потому что я пользовался опасной бритвой. Я им в это время объяснял: “Когда маленькие девочки вырастут, у них не будет усов, а появятся выпуклости на груди. А у мальчиков вырастут усы и борода. Вот и вся разница между ними”.

Вот эти самые появившиеся у Евы выпуклости и заинтересовали моего сына. “А ты их очень замечаешь?” — спросил я. “Ну, ребятам нравится невзначай задеть грудь у девчонки”, — ответил сын. “Так, а еще что?” — “Ну, у девчонки попка-то побольше будет, чем у мальчишки, вот ребята и норовят вроде бы нечаянно налететь ей на корму”. (*Эриксон смеется.*) “Все в норме. Вы просто растете”, — ответил я.

Наконец сын начал называть Еву “своей девушкой”. Они ходили плавать, посещали дискотеку. И, конечно, венец выхода — гамбургеры, горячие сосиски со всякими приправами и мороженое всех сортов.

Помню как-то в одно зимнее утро мой старший сын обратился ко мне: “Бойскауты устраивают поход с ночевкой в конце недели. Ты нас подвезешь?” Дело было в пятницу, и стоял десятиградусный мороз. “Конечно”, — ответил я, собираясь их отвезти, как только они вернутся из школы. Но сын слегка озадачил меня дополнительным сообщением: “Мы отправимся не раньше половины одиннадцатого. Мы хотим разбить лагерь в полночь”. “Хорошо”, — сказал я, поскольку уже дал обещание их отвезти. Хотя мне, взрослому человеку, было не очень разумно лазить по снегу среди ночи при десяти градусах мороза.

Мы сели в машину, и сын огорошил меня еще одним сообщением: “Я пообещал остальным ребятам, что ты их прихватишь”. Оказалось, остальные ребята ожидали нас в поселке Уэйн. Мы затолкали в машину большой чемодан со всем снаряжением и втиснулись сами.

По дороге к лагерной стоянке один парнишка спросил моего второго сына: “Ланс, что ты делал сегодня вечером?” — “Ходил в школу, там девчонки устроили благотворительный аукцион своих домашних завтраков”. Что тут началось, ребята всласть поиздевались над Лансом. Надо же, умный парень, а клюнул на какой-то аукцион. Они отругали его за то, что убухал приличные деньги на какой-то девчонкин завтрак. Тут кто-то спросил: “А чей ты завтрак купил?” Когда Ланс ответил: “Карен” — со всех сторон вдруг раздались восхищенные восклицания: “Жаль, я не допер!”... “Ну, ты даешь!”... “Не слабо!”... “Во, везуха!” — и прочие одобрительные возгласы на современном молодежном жаргоне.

Я слушал и думал, почему покупка завтрака Карен оказалась таким стоящим делом, но помалкивал.

Когда мы прибыли на место, ребята перелезли через трехметровый сугроб и поставили палатку. Ночевали они в спальных мешках. В субботу утром они позавтракали, а обед приготовили на костре. В воскресенье вечером я за ними приехал.

Доставив ребят домой, я уединился с Лансом в одной из комнат и спросил: "Ланс, когда ты сказал ребятам, что был на школьном аукционе, они подняли тебя на смех, как они тебя только не честили: и дурак, и идиот, и болван, и придурок. Издевались сколько душе было угодно. Но когда кто-то спросил, чей завтрак ты купил, и ты ответил: Карен, — они все сразу стали тебе завидовать. Хочу задать тебе несколько вопросов, только отвечай на них точно. Карен красивая?" — "Не, серая как забор." "Вероятно, она хорошая спортсменка, в волейбол играет?" — "Да ну, самая неуклюжая в школе". "Может, она привлекательная как личность?" — "Да что ты, ее никто не любит". "Блещет умом?" — "Как же! Тупица из тупиц!" Я исчерпал все возможные догадки, почему завтрак Карен явился объектом такого вожделения. "Объясни мне, наконец, почему ты купил ее завтрак?" — "Она самая толстая девчонка в школе. У нее в коробке были четыре апельсина, четыре банана, четыре куска пирога, четыре куска торта и восемь бутербродов с ореховым маслом и студнем. А я ем быстрее, чем она". *(Эриксон смеется. Группа смеется.)*

Разве это не яркое подтверждение того, что путь к сердцу мужчины лежит через его желудок?

Когда Берту (старший сын Эриксона) исполнилось семнадцать, он пошел служить на флот. Отслужив срок, Берт вернулся домой и вскоре после возвращения как-то спросил меня: "Папа, что ты думаешь о Ронде?" — "Практически ничего", — ответил я. "Пап, ты же знаешь, о чем я. Ну, что ты о ней думаешь?" — "Честно говоря, я о ней вообще не думал. Если задуматься, то хорошенькая девушка и весьма неглупая". На что мой сын, уже с некоторым возмущением, повторил: "Послушай, пап, ты же знаешь, о чем я. Почему не отвечаешь прямо?" Я ответил: "Если ты знаешь, о чем ты, так задай вопрос так, чтобы и я понял, о чем ты".

"Папа, как ты думаешь, если Ронда выйдет замуж, она тут же обзаведется кучей детей? И весь день будет шлепать по дому в халате, тапках и бигуди в волосах? А когда муж придет с работы, она встретит его жалобами, что на детей нет управы, и стирки неупорот, и прочее в том же духе?" "Берт, — заметил я, — ты знаешь ее мать, и я знаю ее мать. Так что ее учительница нам хорошо известна. Скорее всего, Ронда будет жить по тем же правилам, что внушили ей с детства".

Десять лет спустя, оказавшись в Мичигане, Берт случайно встретился с Бобом, своим старым другом еще с бойскаутских времен. "Привет, Берт, — обрадовал-

ся приятель. — Кстати, ты знаешь, что я женился на Ронде, твоей школьной пассии? Приходи к нам на обед сегодня”, — пригласил Боб. “Нам, пожалуй, следует позвонить Ронде и предупредить ее, как ты думаешь, Боб?”, — предложил Берт. “Нет, давай устроим ей сюрприз”.

Стоило им переступить через порог, как Ронда выпалила: “Привет Берт. Боб, ребята совсем расхворались, а в холодильнике нет ни крошки”. На что Боб привычно ответил: “Не волнуйся, Ронда. Мы с Бертом пойдём куда-нибудь и перехватим по гамбургеру”. Было ясно, что подобная встреча для него в порядке вещей. (*Эриксон обводит глазами группу и улыбается.*)

Как-то летом решили мы со своими ребятами пойти поплавать. Стали надевать плавки в спальне. Ланс случайно глянул на голого Берта и воскликнул: “Мать честная, Берт, да ты стареешь!” С чем Берт скромно согласился. У него на лобке выросло два волоска. (*Эриксон смеется.*) Что же это еще, если не признак приближающейся старости!

Берт задумал жениться. Решив, что вполне готов для серьезного шага, он раздобыл ветхий грузовичок с проржавленной крышей и стал приглашать на свидания девушек из университета и отовсюду, где удавалось их встретить. Он катал их на своем грузовике и убеждал каждую, что ржавчина (которая сыпалась с крыши) очень красиво смотрится в ее волосах. Девушки редко соглашались на второе свидание. Ржавый грузовик, конечно, не предел мечтаний для девушки.

Берт приобрел себе домик в Гарден Сити, рассудив про себя: “Я молодой, крепкий, могу работать на двух работах и выплачу стоимость дома, пока еще молод и силен. Если моей будущей невесте дом понравится, мы в нем и останемся, а если нет, то его стоимость послужит взносом за другой дом, который она выберет сама”.

Как-то ненароком Берт глянул на дом на противоположной стороне улицы и увидел белокурую девушку, которая приглядывала во дворе за младшими детьми. Берт долго за ней наблюдал. Ему понравилось, как она обращалась со своими младшими сестренками и братишками. Он пришел от нее в восторг. Так славно ладит с малышками.

Берт нанял лошадь с плугом и вспахал переднюю лужайку под огород. Он старательно окучивал и пропалывал свои грядки, но редиска у него пошла в семена, бобы пожелтели и полопались, помидоры перезрели в кисель прямо на кустах.

В один прекрасный день девушка подошла к огороду и робко обратилась к Берту: “Мистер Эриксон, я знаю, вы работаете сразу на двух работах. У вас

славный огород, только вот весь урожай пропадает. Вы не против, если я за небольшую долю буду собирать и консервировать овощи?" "Нет, конечно, как это любезно с вашей стороны", — ответил Берт. Так она стала собирать и заготавливать впрок овощи, а огород у Берта был немаленький.

Постепенно Берт забросил прополку. Девушка опять обратилась к Берту: "Мистер Эриксон, я знаю, вы очень заняты, я тут прополола участок, который вы пропустили, вы не будете меня ругать?" Берт был, конечно, благодарен. Он мечтал о жене, которой бы хотелось жить на ферме, ухаживать за огородом и заготавливать на зиму фрукты и овощи.

Вот они и живут теперь на ферме в западном Арканзасе. Им помогают шесть наемных работников и кухарка. А Лириан выглядит все такой же красивой и молодой. Как в юности.

Когда у них с Бертом первым родился сын, Лириан была очень рада. Но когда и второй ребенок, и третий, и четвертый, и пятый — все оказались мальчиками, тут впрям было разреветься. Что она и сделала, когда доктор сказал, что шестой ребенок будет девочка. "Зачем вы мне говорите неправду? У меня не может быть девочки". Зря она спорила с доктором.

После девочки родился еще один, шестой, мальчик. Старший сын Берта заканчивает колледж. Сам Берт в свое время заявил, что в колледж не пойдет, неохота слушать, как другие студенты молотят чепуху. Читать и учиться можно и дома. Он всегда интересовался растениеводством, у него полные шкафы соответствующей литературы.

Еще во время службы на флоте он уже задумывался о будущем. Он слышал о Депрессии и тяжелых годах этого периода. Во время увольнительных он научился ремонтировать обувь. Когда экономика в упадке, люди не могут позволить себе обновки, поэтому у сапожников работы сверх головы. Им безработица не угрожает. Вот Берт и научился сапожничать. Он также научился обрезать и лечить деревья по всем правилам.

После демобилизации Берт решил поехать в Детройт, поискать работу. Я, правда, сомневался: "Ты же знаешь, какая сейчас безработица. Вернувшись с войны, ветераны тоже все ищут работу". "Я знаю, — ответил Берт, — но я вернусь с работой".

Он отправился в город. А накануне пронесся ураган и пострадало много деревьев. И вот бригада озеленителей приводила в порядок сломанные ветви.

Берт обратился к бригадиру и попросил: "Можно я помогу с обрезкой кустарника?" "Валяй, — ответил бригадир, — хуже, чем есть, не напортишь". Берт

очень профессионально провел обрезку кустарника. Увидев это, бригадир сказал: “Да у тебя просто талант. Вот тебе страховочное приспособление, надевай и поднимем тебя на дерево. Посмотрим, как ты там справишься”. Подняв его, бригадир указал на большую сломанную ветвь. Берт ловко отпилел ее и обратал срез по всем правилам.

“У тебя и вправду талант. Обработай вон тот сук”, — сказал бригадир. Берт осмотрел сук, предстояла очень трудная работа. Он прикинул, как ее сделать с наименьшими повреждениями для дерева, и справился, как настоящий специалист. “Слушай, у меня не хватает знающих людей в бригадах, — сказал бригадир. — А у тебя природный дар. Ты останешься здесь бригадиром, а я пойду в другую бригаду”. Так Берт получил работу.

Сид Розен: Я слегка раздражен и понимаю почему. У меня такое ощущение, что ты принижаешь горожан. Ты начал с разбивки населения на две группы: горожан и селян. Большинство твоих историй относятся к сельским жителям, которые планируют свое будущее, что является их преимуществом. Хотелось бы знать, а помогут ли эти истории пациентам-горожанам, тем, кто вырос и живет в городе.

Эриксон: В меньшей степени.

Сид Розен: В меньшей степени.

Эриксон: М-м-да.

Сид Розен: Я слышал историю о человеке, который пришел работать в ресторан и прошел путь от самого низа до самого верха. Знаю и другие похожие примеры. Для тех, кто хочет заняться бизнесом, больше подойдет такая история.

Эриксон: Я им ее еще не рассказывал.

Сид: Хм-м-м.

Эриксон: Однажды ко мне пришел выпускник школы, мексиканец по национальности, и пожаловался: “Мексиканцу работы не достать, пусть он и со школьным аттестатом. Сколько я ни ходил, мексиканца нигде не хотят брать”.

“Хуан, ты действительно хочешь работать?” — спросил я. “Разумеется, хочу”, — ответил он. “Тогда я научу тебя, как получить работу, только делай все так, как я скажу. Пойдешь в один ресторан в Фениксе, который я тебе назову, и попросишь разрешения дважды в день протирать пол на кухне. Скажешь, что платы тебе не надо, просто ты хочешь научиться мыть пол на кухне. Денег не бери, еды тоже не бери. Питайся дома или ешь, что мать с собой даст.

Ты будешь прибираться дважды в день, и пол у тебя будет сверкать чистотой. Вот тут им захочется нагрузить тебя побольше. Тебя попросят почистить картошку и нарезать овощи. Теперь они и сами не будут предлагать платы, но нагрузят работой по уши и уже не смогут без тебя обходиться. Через год у тебя будет работа, но тебе придется ее заработать”.

Со своей ролью Хуан справился блестяще. Очень скоро начальство решило, что помогать повару — это для него маловато работы. Когда в ресторане был наплыв гостей, он помогал официантам, убирая со столов. Повар любил Хуана, потому что тот отлично готовил овощи и был его незаменимым помощником.

Стало известно, что в городе состоится какой-то съезд и большинство участников будут питаться в этом ресторане. Тут я посоветовал Хуану: “Съезд открывается в понедельник. Скажи управляющему, что есть возможность получить оплачиваемую работу в Таксоне и ты надеешься, что он не будет возражать, если ты попробуешь получить это место”.

Я не помню, какая тогда была зарплата, но я сказал Хуану назвать сумму меньше обычной. Управляющий сразу предложил: “У меня ты получишь больше”. И стал платить Хуану на доллар больше в неделю. Так Хуан стал полноправным сотрудником.

Прошел еще год, и выяснилось, что на кухне без Хуана как без рук. Учил его шеф-повар, а Хуан оказался способным учеником. Предстоял очередной съезд, и я посоветовал Хуану: “Скажи управляющему, что ты рассчитываешь получить место в Таксоне со значительно более высокой оплатой”.

Реакция управляющего была мгновенной: “Я тебе больше заплачу. Причем работа постоянная, пока сам не захочешь уйти”.

Хуан стал одним из самых высокооплачиваемых шеф-поваров в Фениксе. Сейчас у него собственный ресторан на 270 мест и строится второй на 300 мест, не меньше. *(Обращается к Сиду Розену.)* Ты эту историю имел в виду?

Сид: Мне она нравится, как баланс. А что говорит твой опыт? Городским пациентам помогают твои истории о цветах, садах и огородах, хотя в практическом плане они могут ничего в этом не смыслить?

Эриксон: Я отправил не одного страдающего депрессией пациента помогать кому-нибудь вскапывать землю и сажать цветы. Так, у одного пациента из Юмы невестка и ее муж все собирались развести цветы в саду, но не хватало времени, так как оба работали. Я и говорю своему пациенту: “Собери-ка ты инструменты, поезжай к своей невестке и разбей ей отличный цветник, о котором она давно мечтает”.

Он прекрасно справился с заданием, а я к этому времени подыскал ему другую работавшую пару, которой тоже хотелось иметь цветник. Мой пациент так увлекся этим делом, что когда возвратился домой, расчистил собственный участок и засадил цветами. Сделал несколько полок в новом доме, о которых давно просила жена. Собственно говоря, у него депрессия появилась из-за этого дома, слишком большую закладную предстояло выплачивать. Но он справился со своей депрессией. Всякий раз, когда приезжал в Феникс, он ходил любоваться на сооруженные им цветники.

Сид: Я все думаю, что в Нью-Йорке могло бы быть эквивалентом восхождения на Пик Скво. Пару пациентов я отправил погулять по Бруклинскому мосту. Тоже помогает. (*Эриксон кивает.*) Двух других заставил бегать трусцой. Сначала, конечно, проинструктировал, как приступать к этому виду спорта. Прекрасный антидепрессант.

Эриксон: А мост Джорджа Вашингтона?

Сид: Мост Джорджа Вашингтона подойдет.

Эриксон: Голландский туннель.

Сид: Голландский туннель. А небоскреб Эмпайр Стейт Билдинг?

(*Эриксон утвердительно кивает.*)

Сид: Пешком я бы, пожалуй, через Голландский туннель не послал. Задохнуться можно.

Эриксон: Я пересек его.

Сид: Пешком?

Эриксон: В машине, но очень медленно. Пешком было бы быстрее.

Сид (Смеется): Верно.

Эриксон: Депрессивным молодым людям с художественными наклонностями я бы посоветовал нарисовать Эмпайр Стейт Билдинг или нью-йоркские высотные горизонты. (*Сид кивает.*) Или вид Гудзонова Залива с парусниками.

Сид: Или пруд в Центральном парке.

Эриксон (Кивает): Найти дерево и...

Сид: Они обожают такие задания...

Эриксон: Или найти дивное корявое дерево в Центральном Парке с беличьим гнездом.

Сид (Улыбается): Буджам?

Эриксон: Дерево Буджам.

Сид: У нас нет таких.

Эриксон: Вернемся к сексуальной революции шестидесятых. Мужчины и женщины стали сходитьсь, наслаждаться полной сексуальной свободой. Если кого-нибудь интересует мое мнение, то я полностью согласен с доктором Маргарет Мид: семья, в ее узком или расширенном понимании, существует уже около трех миллионов лет. Не думаю, чтобы революция шестидесятых годов серьезно повлияла на практику со стажем в три миллиона лет. А ты, Сидней, что думаешь по этому поводу?

Сид: Склоняюсь к этой же мысли. Хорошо, что ты делаешь ударение на повторяющихся структурах и явлениях, в которых человек может найти опору... Дети, связь поколений и тому подобное. Такие истории дают человеку душевный покой, умиротворение, а также надежду и вдохновение.

Эриксон: А вот вам иллюстрация вышеизложенных соображений, только под совсем иным углом зрения. Допустим, я еду поездом из Сан-Франциско в Нью-Йорк. Мне скучно и до смерти охота с кем-нибудь поболтать. Но вокруг ни одной знакомой души. Затею ли я разговор с молоденькой хорошенькой девушкой, что читает киножурнал или "Правдивые исповеди"? Нет. Может, я разговариваю с интересной девушкой лет двадцати с романом в руках? Нет. Попытаюсь ли я вступить в беседу с пожилой дамой, что вяжет чулок? Нет. Может, я выберу себе в собеседники мужчину, поглощенного чтением юридической книги? Нет, потому что он будет говорить только о своей профессии.

Любой мужчина или любая женщина со значком Висконсинского университета на груди немедленно привлекут мое внимание и станут желанными собеседниками. С ними можно говорить и о Поляне Пикников, и о конференц-зале, и об улице Стейт Стрит, о баскетболе, и о холме, где находится обсерватория. Эти люди будут разговаривать на языке моей молодости, на языке моих эмоций, на языке моих воспоминаний. Мы найдем общий язык.

Конечно, если я замечу, что кто-то занимается резьбой по дереву, я не премину остановиться и затеять разговор. А если я увижу женщину, корпящую над

лоскутным одеялом, я тут же вспомню свою матушку и все ее бессчетные лоскутные одеяла, которые она стегала для своих детей, внуков, правнуков и для меня в том числе. Я пойму это как часть своего языка.

Так что, когда вы смотрите на пациента, когда слушаете его, старайтесь определить его жизненную ориентацию, а затем подскажите ему, как найти себя в этом мире. *(Примечание: Эриксон специально повторяет рассказ об умственно отсталой девушке и о сделанной ею пурпурной корове.)*

Еще о половом развитии. На этот раз у девочек. Процесс, схожий с тем, что происходит с мальчиками, но и во многих отношениях отличный. Вот идут по улице, обняв друг друга за талию, четыре девочки, перегородив весь тротуар. Что им в этом нравится? Ощущение прижатости друг к другу.

Понаблюдайте за женатыми парами и влюбленными на призывном пункте, когда мужчины уходят служить, а то и воевать. Я слышал, как жены говорили: "Поцелуй меня так крепко, чтобы кровь выступила на губах, может, нам никогда больше не придется целоваться. Прижми меня так, чтобы косточки затрещали. Хочу запомнить это объятие". И в то же время самый легкий поцелуй насильника обжигает огнем, потому что он в прямом смысле незабываемый, ибо губит всю дальнейшую судьбу девушки. Такой эмоциональный фон.

Если к вам приходит пациент с какой-нибудь бессмысленной фобией, посочувствуйте ему и тем или иным путем помогите ему преодолеть ее.

Как-то мне довелось читать лекцию в Мемфисе, штат Теннесси. Там присутствовала и опекавшая меня пара. По окончании лекции хозяйка предложила: "Поскольку лекция затянулась, давайте отобедаем в ресторане. Я знаю один симпатичный французский ресторанчик. Вот уже лет 25 мы с мужем обедаем там дважды в неделю".

Мне показалось это постоянство не совсем нормальным. Обедать в одном и том же месте, когда в Мемфисе полно ресторанов... А тут 25 лет, дважды в неделю... Оставалось согласиться.

Естественно, имея кое-что на уме, я заказал речных устриц. Вы бы видели, с каким выражением они смотрели, как я управляюсь со своими улитками. *(Эриксон изображает гримасу отвращения.)* Когда осталась последняя устрица, я уговорил хозяина попробовать ее. Попробовав, он воскликнул: "О, вкусно!" Затем он уговорил попробовать и жену, той тоже понравилось. Я заказал себе вторую порцию, а они первую и съели ее с большим удовольствием.

Полгода спустя я опять приехал с лекцией в Мемфис и принимала меня та же пара. Лекция была длинная, и хозяйка опять предложила: "Дома я уже ничего

не успею приготовить, давайте пообедаем в ресторане. Нам тут нравится один приятный немецкий ресторанчик, а может, вы предпочитаете другое место? Есть очень хороший рыбный ресторан". Они предложили мне на выбор несколько мест. Мы выбрали немецкий ресторан. В застольной беседе я невзначай спросил у мужа: "Кстати, давно вы были в том французском ресторане?" "Не помню, — задумался он. — Месяца полтора-два тому назад. Милая, ты не помнишь, когда мы там были в последний раз?" — "Думаю, месяца два прошло".

И это после 25 лет, дважды в неделю... (*Эриксон смеется*) ... Явная патология.

Сид: Неужели они и заказывали одно и то же?

Эриксон: Я не спрашивал. Раз они осмелились отвесть речных устриц, то любой ресторан в Мемфисе им уже не страшен.

Сидишь у бассейна в мотеле и наблюдаешь. Одни ныряют сходу, а другие сначала одной ножкой попробуют воду, затем другой и наконец решаются окунуться целиком.

Когда я начал работать в Вустере, ко мне очень тепло отнеслись молодые Том и Марта, работавшие в больнице младшими психиатрами. Как-то они пригласили меня на озеро, расположенное рядом с подсобной фермой больницы. Надев плавки и завернувшись в купальный халат, я сел к ним в машину. Ехать до озера было с полмили, но всю дорогу Марта была очень мрачна, молчалива и замкнута. Том, наоборот, был сплошное очарование, приятный, общительный собеседник. Это меня озадачило.

Когда мы подъехали к стоянке, Марта выскочила из машины, бросила халат на заднее сиденье и направилась прямо к берегу. Она бросилась в воду и стремительно поплыла, не сказав нам ни слова.

Том не спеша выбрался из машины. Аккуратно положил халат на заднее сиденье, я тоже последовал его примеру. Том подошел к воде и, когда большой палец ноги коснулся влажного песка, он произнес: "Пожалуй, я сегодня поплаваю".

Я нырнул и поплыл вслед за Мартой. На обратном пути я спросил у нее: "Сколько воды Том наливает в ванну?" "Каких-то несчастных три сантиметра", — выпалила Марта.

На той же неделе Тому предложили повышение: должность старшего психиатра. "Мне кажется, я еще не готов", — ответил он заведующему отделением.

Тот, однако, возразил: “Я бы не предложил тебе это место, если бы не был уверен, что ты готов. Либо ты начинаешь работать в новой должности, либо увольняйся и ищи себе работу в другом месте”.

Том и Марта уехали. К тому времени я убедился, насколько они были влюблены друг в друга. Марта мечтала о собственном уютном домике и о детях.

Двадцать пять лет спустя я приехал с лекцией в Пенсильванию. По окончании ко мне подошли седоголовый старик и старая изможденная женщина: “Вы нас узнаете?” — “Нет, но судя по вопросу, должен”. “Это я, Том”, — сказал старик. “А я — Марта”, — произнесла женщина. “Когда же ты поплываешь Том?” — “Завтра”, — ответил он. Я повернулся к Марте и спросил: “Сколько воды он наливает в ванну?” — “Все те же чертовы жалкие три сантиметра”. “Чем ты сейчас занимаешься, Том?” — “Я ушел в отставку”, — ответил он. “В каком чине?” — “Младшего психиатра”. Жаль, у меня тогда было мало времени, а то уж как-нибудь затолкал бы я Тома в то озеро.

Сид: А как с Мартой?

Эриксон: Тогда у Марты были бы дети. Если удастся сломать сковывающую модель фобии, то человек готов к новым поискам. А наши пациенты склонны ограничивать себя и тем лишают себя очень многого.

Вчера вечером мне позвонил приятель из Калифорнии. “Я нашел способ, как излечить подростков от их идиотских выходов. Надо поместить их в глубокую заморозку и оттаять, когда им будет 21 год”. (*Эриксон смеется.*)

Моего сына Ланса совершенно серьезно беспокоило и возмущало отсутствие у меня ума. Он мне так прямо и заявил, что я довольно туп. Затем он уехал учиться в Мичиганский университет. Позднее он признался: “Знаешь, папа, мне хватило двух лет, чтобы заметить, что ты как-то вдруг перемахнул от идиотизма к интеллекту”. Недавно он позвонил мне из Мичигана и сообщил: “Папа, считай себя отмщенным. Мой старший, наконец, открыл, что у меня есть кое-какие мозги, и заявил мне об этом. А у меня еще трое таких открывателей!”

Мужчина: Мой отец мне то же самое рассказывал. (*Эриксон согласно кивает.*)

Эриксон: Расскажу вам об одной истории болезни. История и сложная, и весьма незамысловатая.

Роберт Дин окончил военно-морское училище в чине младшего лейтенанта. Шла война, его назначили служить на эсминец и дали месячный отпуск. Роберт отправился к Фрэнсису Брейкленду, главному психиатру флота, и объяс-

нил, что страдает неврозом. Брейкленд признал, что проблема существует, но объяснил Роберту: “Младший лейтенант, я ничем не могу вам помочь. Я не могу изменить приказ или добиться вашего перевода на береговую службу. У вас приказ явиться на эсминец. Я могу потребовать военного суда. Суд пошлет вас в Уолтер Рид-госпиталь. Вам станет хуже, и вас переведут в госпиталь Св. Елизаветы. Там вы останетесь надолго и будете потихоньку сходить с ума и так доживете свою жизнь. Я вам советую в свой отпуск поехать в клинику Джона Хопкинса и узнать, не могут ли они вам помочь частным образом”.

Роберт прибыл туда и рассказал о своей беде. Они обо всем тщательно расспросили и сказали: “Помочь вам не можем. Но в Мичигане работает некий Эриксон. Возможно, он вам поможет”.

Роберт позвонил отцу в Нью-Йорк, а тот позвонил мне и попросил принять его сына. Я ответил, что на следующей неделе буду в Филадельфии. Пусть он туда приедет и расскажет мне все о сыне, а я подумаю, что можно сделать.

Отец Роберта нашел меня в гостинице. Он вошел в мой номер, представился и сказал: “Во мне всего полтора метра роста. Я из кожи вон лез, чтобы вытянуться и попасть в действующую армию во время Первой мировой войны. Я тоннами поглощал бананы и ведрами пил молоко, чтобы пройти хотя бы по весу. А чертово начальство всю войну продержало меня рядовым в прачечной роте. Я поклялся, что когда демобилизуюсь и женюсь, и у меня родится сын, сделаю все, чтобы он стал боевым офицером, желательно на флоте. Раз уж я не сгодился для американской армии”.

“Понятно, — заметил я, — но в чем же заключается проблема Роберта?” — “Как вам сказать, у него, что называется, “застенчивый” мочевого пузырь. Он не может мочиться на людях. Вот дуралей. Говорит, что это у него с самого детства. Уж так намучился, пока учился в училище. Кстати, говорят вы, “мозгопрравы”, зарабатываете кучу денег. Что это вы остановились в таком дешевом номере? Или просто жадность подвела?” — бесцеремонно поинтересовался отец Роберта.

“Что еще вы можете рассказать о Роберте?” — спросил я. “У него были проблемы и в бойскаутском лагере. Почему вы себе приличную одежду не купите? Неужто вы не можете позволить себе костюмчик получше?” “Давайте лучше о Роберте”, — перебил я. “Приезжая на каникулы, Роберт не мог пользоваться уборной на автобусной станции. Ему приходилось снимать номер в ближайшей гостинице и делать свои дела, запершись в ванной. Он и в школе не мог пользоваться общим туалетом... Неужели у вас нет денег на приличный галстук?” “Давайте дальше о Роберте”, — предложил я.

“Время-то уже обеденное, — возразил он. — Неужели вы можете таким пугалом заявиться в ресторан гостиницы?” Я ответил, что вполне могу.

По дороге в ресторан он поинтересовался, не смущает ли меня моя кривобокая походка. “Представляю, сколько старушонок вы пошибали на улицах, а сколько раз падали, споткнувшись о какого-нибудь постреленка? А уж сбитым вами старикам, верно, и счету нет?” “Как-то обхожусь”, — ответил я.

Когда мы вошли в зал, отец Роберта заявил: “В этой гостинице отвратно готовят. Тут в середине следующего квартала есть славный рестораник. Если мы попробуем туда добраться пешком, сможете дотащить в целости свой хилый остов, не покалечив встречных стариков и старушек и не споткнувшись о какого-нибудь пацана? Или такси взять?” Я пообещал дотащиться в целости.

В середине следующего квартала он извинился за ошибку. Ресторан находился в следующем квартале. По дороге он всячески издевался над моей походкой, внешним видом и всем, что только приходило ему в голову.

Он сообщил, что занимается торговлей недвижимостью и считает делом чести выжать из каждого клиента все до последнего цента.

Наконец, мы прибыли в ресторан, который, как оказалось, был расположен в двенадцати кварталах от гостиницы. “Конечно, можно пообедать и на первом этаже, — заявил папаша. — Но я предпочитаю на галерее. Как бы нам закинуть туда ваш остов? Сами управитесь или помочь?” Я сказал, что управлюсь сам. Столик выбрал он сам.

Пока мы поджидали официантку, папаша сообщил: “Повара здесь изумительные. Мясное готовят — пальчики оближешь. А вот рыба у них — или гнилье, или недожареная, а в пюре одна вода и картошка недоваренная. А чай со льдом они из речки качают, а сверху ледок плавает. Кошмар!”

Подошла официантка, и папаша кивнул головой, показывая, чтобы я первый изучил меню. Я заказал жаркое из ребрышек, печеный картофель и горячий кофе. И еще что-то на десерт, я уж забыл. Официантка повернулась к папаше и подала ему меню, он тут же произнес: “Его заказ отменяется. Принеси ему рыбу с пюре и чай со льдом”. Себе он заказал то, что вначале заказал я: жаркое из ребрышек, печеную картошку, кофе и десерт. Официантка не сводила с меня вопросительных глаз, но я сидел с каменным лицом. Развлечение было что надо.

Наконец официантка вернулась с двумя подносами. Выражение лица у нее было несчастное и беспокойное. Я сказал: “Подайте рыбу с пюре этому джен-

тльмену, как он и заказывал. А мне, пожалуйста, жаркое". Она так и сделала и мгновенно улетучилась. Папаша посмотрел на меня и сказал: "Такого со мной еще никто не проделывал". "Все когда-нибудь случается в первый раз", — ответил я.

Он проглотил свою рыбу с пюре и выпил чай со льдом. Я наслаждался ребрышками.

Когда мы кончили обедать, он заявил: "Я привел вас в отличный ресторан. Почему бы вам не взять на себя расходы?" Я ответил: "Вы меня пригласили. Я ваш гость. Вам и платить". "Может, хоть чаевые заплатите?" — сопротивлялся он. "Это дело хозяина", — ответил я.

Наконец, на свет появился разбухший техасский бумажник, где желательно чтобы была хотя бы одна тысячедолларовая бумажка, несколько пятисотенных, сотенных, полусотенных и по мелочи: двадцатки, десятки, пятерки и одностолларовые купюры.

Извлек он этот пузатый бумажник, отсчитал какую-то сумму и полез в карман за мелочью. На чай он оставил 5 центов. Хорошо, что я тайком от папашы передал девушке хорошие чаевые. Бедняжка так изнервничалась, что ей такое успокоительное было как раз кстати. (Смех.) Мой "кормилец" предложил стащить мой остов с лестницы, на что я ответил, что на худой конец могу сам с нее скатиться, без его помощи. Когда мы вышли на улицу, он снова проявил ко мне внимание. "Дотянете до гостиницы, не развалитесь? Или такси брать?" "Думаю, дойду", — ответил я. Мы возвращались под аккомпанемент весьма нелестных замечаний в мой адрес со стороны мистера Дина.

Когда мы пришли, я сказал: "Меня еще кое-что интересует о вашем сыне". Мы поднялись в мой номер. Он тут же заявил, что чемодан у меня мог бы быть лучше, а дешевле моего кейса он не встречал. Когда я стал записывать кое-что из того, что он говорил, он и тут не удержался: "Да что вы за человек, черт побери! Даже своей ручки нет! Пишете гостиничной ручкой на гостиничной бумаге". "Расскажите мне подробнее о Роберте," — перебил я. Он вспомнил еще какие-то моменты и спросил, возьмусь ли я лечить Роберта. Я попросил: "Передайте Роберту, чтобы он явился ко мне на прием в мой кабинет в Мичигане, ровно в 6 часов вечера.

Роберт явился в форме младшего лейтенанта флота. Заглянув в дверь из коридора, он сказал: "Так это вы та ученая шишка, что собирается меня лечить?" "Я психиатр, который собирается с вами работать", — ответил я.

Роберт вошел в приемную и окинул изучающим взглядом почти двухметрового практиканта в военной форме. Призванным в армию студентам-медикам раз-

решалось служить свой срок в медицинских учреждениях. “А что здесь делает эта здоровая бутылка ни с чем?” — поинтересовался Роберт. “Джерри — студент-медик и помогает мне”, — объяснил я. “Какой же вы великий специалист, если в помощниках студент?” — усмехнулся Роберт. “Весьма знающий специалист”, — ответил я.

Тут Роберт заметил в кабинете моего друга, профессора-искусствоведа из Мичиганского университета. “А этот хмырь с цедилкой для супа под носом что здесь ошивается?” — “Он профессор искусствоведения из Мичиганского университета. Он тоже будет помогать мне в твоём лечении”.

“А я думал, что медицинская консультация — дело приватное”, — сказал Роберт. “Это так. Именно для того, чтобы не было никакого разглашения медицинской тайны, мне нужно столько помощников. Входи и садись”.

Роберт сел. Джерри закрыл дверь. “Джерри, — приказал я, — войди в глубокий транс”. Джерри вошел, и я продемонстрировал ряд гипнотических явлений. Работать с Джерри было замечательно.

Я оставил Джерри в трансе и обратился к профессору: “Теперь ты войдешь в транс. Когда Джерри вошел в транс, он знал, что ты не спишь. Так вот, в состоянии транса сохраняя видимость бодрствования. Ты будешь разговаривать с Робертом и со мной, но не будешь ни видеть, ни слышать Джерри”. Профессор сразу же вошел в транс.

Я разбудил Джерри и затеял обычный разговор. По ходу беседы я спрашивал о чем-то профессора, тот отвечал. Затем профессор обратился к Роберту, а Джерри повернулся с каким-то вопросом к профессору. “Послушай, Роберт”, — профессор, не ответив, обратился к Роберту, затем ко мне. Джерри растерянно смотрел, озадаченный такой неучтивостью. Он еще раз попытался о чем-то спросить профессора, но тот, не обращая на него внимания, продолжал беседовать с Робертом. Тут глаза у Джерри расширились, он улыбнулся и обратился ко мне: “Вы ввели его в транс, пока я сам был в трансе?” “Верно”, — ответил я.

Затем я вновь вернул Джерри в состояние транса и разбудил профессора. Я разбудил Джерри, внушив ему амнезию в отношении второго транса, так что он пребывал в убеждении, что профессор все еще в трансе и поэтому очень удивился, когда тот к нему обратился.

Роберт совсем запутался, а я манипулировал с Джерри и профессором, демонстрируя все новые и новые явления гипноза. Все это чрезвычайно заинтересовало Роберта, и вся его враждебность ко мне улетучилась.

Наконец, я сказал: “Спокойной ночи, Роберт, увидимся завтра в 6 часов вечера”. Профессору я сказал, что ему больше не надо приходить. Он свое дело сделал. А Джерри я попросил являться каждый вечер.

Когда на следующий вечер Роберт пришел ко мне, я ему сказал: “Прошлым вечером я показал тебе, что такое гипноз. Сегодня я введу тебя в легкий транс. Транс может быть легким, средним и глубоким. Когда ты будешь в трансе, я попрошу тебя делать то же самое, что делали Джерри и профессор”. “Буду стараться изо всех сил”, — ответил Роберт.

Погрузив Роберта в транс, я напомнил ему, как вчера Джерри в состоянии транса автоматически рисовал, и писал, и выполнял различные постгипнотические внушения. “Когда ты проснешься, твоя правая рука потянется к письменному столу, сама возьмет карандаш и ты нарисуешь картинку. Ты этого даже не заметишь, поскольку будешь увлечен беседой с Джерри”.

Проснувшись, Роберт разговорился с Джерри. Они так увлеклись беседой, что Роберт не заметил, как его правая рука взяла карандаш и нарисовала человечка в лежавшем под рукой блокноте. Рисунок был детский: кружочек вместо головы, затем палочка-шея, прямая линия вместо туловища, прямые палочки для рук и ног, заканчивающиеся кружочками. А внизу написано: “Отец”. К моему удивлению, Роберт машинально вырвал листок из блокнота, смял его в комок и сунул с таким же отсутствующим видом в карман куртки. Мы с Джерри разговаривали, а сами тем временем наблюдали за происходившим периферическим зрением.

Роберт явился на следующий вечер, но, войдя в кабинет, покраснел. Мы с Джерри заметили это. “Как тебе спалось прошлой ночью, Роберт?” — спросил я. “Отлично. Хорошо спалось”, — ответил Роберт. “А ночью ничего неожиданного не произошло?” — спросил я.

“Нет”, — ответил Роберт и снова покраснел. “Роберт, мне кажется, ты говоришь неправду. Вчера ночью произошло что-то необычное?” — повторил я. “Ну хорошо, — сдался Роберт, — вчера, когда я ложился спать, я обнаружил в кармане скомканный лист бумаги. Ума не приложу, как он туда попал, только не я его туда положил. Выкинул его в корзинку”. И снова покраснел. “Роберт, я полагаю, ты мне врешь. Что ты сделал с этим комком?” “Я расправил его”, — ответил Роберт. “И что ты там увидел?” — “Детский рисунок человечка, а внизу печатными буквами было выведено “Отец””. Я снова спросил: “Что ты сделал с листком?” — “Бросил в корзинку”. Роберт опять покраснел. “Роберт, скажи мне правду”, — настаивал я. — “Что ты сделал с этим листком бумаги?” Роберт решил больше не упираться. “Ладно, говорить, так говорить. Я бросил его в унитаз, помочился на него и спустил воду”. — “Спасибо тебе, Роберт, что

сказал правду". Джерри и Роберт хорошо поладили, и у них всегда находилось, о чем поговорить. Они поболтали и в этот вечер, затем я отпустил Роберта, а Джерри задержался, и я поделился с ним своими предположениями в отношении дальнейших событий.

Джерри был очень способный студент. На следующий вечер, поздоровавшись, они с Робертом тут же затеяли оживленную беседу. Говорили о чем угодно, кроме проблемы Роберта.

В первый же вечер Роберт рассказал мне о своей проблеме. Сколько он себя помнил, ему всегда приходилось искать укромное местечко, чтобы помочиться. Когда и почему это началось, он не знает. Учеба в училище была для него сушим адом. Ему всегда приходилось нарушать режим и искать уединения после отбоя, потому что днем он не мог пользоваться общей уборной из боязни, что кто-нибудь может войти. Он изучил все уборные в училище с точки зрения их занятости по времени и установил, что три из них бывают наверняка свободны в час, два и три часа ночи. Ему приходилось тайком выскальзывать из общей спальни и пробираться в один из этих туалетов и так же тайком возвращаться. К счастью, его ни разу не застукали.

"Была еще одна попытка во время учебы в училище. Для поддержания добрососедских отношений горожане по пятницам приглашали нас к себе домой на выходные. Обычно нас разбирали в пятницу вечером. Приедешь в дом, а хозяйка без конца потчует то кофе, то чаем с молоком, легкими напитками, вином и сидром. И все угощения на один лад, ничего другого ни одной в голову не приходит. Я человек вежливый, вот и пью. За завтраком опять стакан молока или сока. В воскресенье тоже только и делаю, что пью, пью и пью: откажусь — обижу хозяев. Мне приходилось терпеть до утра понедельника, когда мы возвращались в училище, и я мчался в одну из трех моих уборных. Какие муки я терпел с переполненным пузырем с вечера пятницы, всю субботу, воскресенье и до утра понедельника. Страшнее ничего не придумать.

Если я вдруг слышал звук шагов рядом с уборной, у меня в голове раздавался страшный раскат грома и я буквально цепенел. Иногда я не мог прийти в себя в течение часа и больше.

В училище мне приходилось очень тяжело. А куда денешься? Отец хотел, чтобы я стал морским офицером, и я должен был оправдать его ожидания. А когда я приезжал на каникулы, отец издевался надо мной за то, что я ходил мочиться в номер гостиницы. Когда я заканчивал школу, он и тогда просто зверел из-за этой гостиницы.

Я не люблю отца. Он каждый день пьет пиво, напивается каждую субботу и воскресенье. Обзывает мать занудой за то, что она ходит в церковь и принад-

лежит к Женскому христианскому союзу воздержания. Мне это не нравится. Не могу сказать, что мое детство было счастливым. Отец любит досуха выжимать своих клиентов, чем он успешно и занимается. Он дует свое пиво, а я его терпеть не могу. И еще он пилит меня за то, что я на стороне матери”.

Так мы беседовали в этот вечер, как вдруг Роберт взглянул на окно и сказал: “Вроде бы дождь пошел? Кажется, по стеклу скатилась капля?” В небе не было ни облачка и никакой влаги на стекле. Но реплика была символической. Я знал, что в ней скрывается какой-то глубокий смысл, но в голову пришла единственная аналогия: дождь — это падающая вода, и моча — тоже падающая вода. Роберт сказал мне это в символической форме.

“Есть какие-нибудь конкретные планы на выходные?” — спросил я у Джерри. “Если вы меня отпустите, я хотел бы спуститься на байдарке в низовья реки Осейбе в Северном Мичигане. Эта речка для байдарочного похода то, что надо. Я уже по ней ходил. Там такие быстрины — дух захватывает!”

Повернувшись к Роберту, я спросил: “А ты куда собираешься на выходные?” “Пожалуй, я съезжу домой, повидать маму”, — ответил он. “А заниматься чем будешь?” — “Если не будет дождя, выкошу лужайку”.

Мне показалось очень символическим намерение выкосить лужайку, если не будет дождя, со стороны человека, которому предстоит отправиться на войну, в действующую армию.

“Хорошо, — сказал я. — Жду тебя в понедельник в шесть часов вечера”. Я спросил, каким поездом он поедет домой в Сиракузы и предупредил: “Смотри, не опоздай на поезд”.

Я позвонил отцу Роберта, мистеру Дину, и сказал, каким поездом ему следует приехать в Детройт повидаться со мной. Я настоятельно просил его приехать именно этим поездом. Он недовольно пробурчал что-то, но согласился. Я не хотел, чтобы они с Робертом встретились у него дома.

Заявившись ко мне на следующий день после прибытия, папаша взглянул на мою секретаршу и процедил: “А эта серая мышь что здесь делает?” — “Мисс Х. мой секретарь. Она работает в свой выходной день, чтобы помочь мне в работе с вашим сыном. В данный момент она стенографирует все, что говорите вы, что говорю я и что надумает сказать любой из присутствующих”, — объяснил я. “А нельзя эту старую перечницу выставить отсюда?” — поинтересовался папаша. “Нет, она должна вести запись всех разговоров”.

“А эта водонапорная башня что здесь околачивается?” — спросил он, глядя на Джерри. “Он — студент-медик. Помогает мне в работе с вашим сыном, уча-

стует в процессе лечения”, — ответил я. “Тоже мне мудрец, без какого-то студента не может обойтись”, — бросил презрительно папаша. “Очень способного студента”, — добавил я.

Тут мистер Дин заметил профессора и сказал: “Еще этого хмыря здесь не доставало, зачем он тут?” — “Это профессор искусствоведения из Мичиганского университета. Он тоже помогает мне в лечении вашего сына”.

“О Господи! Я-то думал, что медицинское обследование — дело конфиденциальное”. — “Да, мы все храним медицинскую тайну, надеюсь, и вы не проболтаетесь”.

“А нельзя это старое чучело вытурить?” — опять спросил мистер Дин. “Она не старая, просто преждевременно поседела, она работает в свой выходной день и не прекратит работу, пока ей не заплатят”, — заявил я. “С чего это я буду ей платить? Она же ваша секретарша”, — возмутился он. “Но она занята в лечении вашего сына. Платить будете вы”, — возразил я. “Но секретарша-то она ваша”, — не сдавался мистер Дин. “Она работает ради вашего сына. Заплатите ей”, — не отступал я. “Так я должен?” — “Конечно, вы”, — заключил я.

Мистер Дин извлек из кармана уже знакомый мне бумажник и спросил: “Доллара достаточно?” — “Не делайте из себя посмешище”, — сказал я. “Вы хотите сказать, что я должен заплатить этой серой мышке пять долларов?” — возмутился он. “Конечно, нет. Повторяю, не будьте посмешищем”. — “Десять долларов?” “Вы только слегка приблизились к необходимой сумме”, — заметил я. “Неужто 15 долларов?” — “Вы почти угадали, 30 долларов”, — твердо сказал я. “Вы рехнулись”, — констатировал мистер Дин. “Отнюдь нет, просто я хочу, чтобы людям платили по заслугам”. Он отсчитал 30 долларов и отдал секретарше. Та написала расписку, поблагодарила его и откланялась.

Тут мистер Дин огляделся вокруг и спросил: “А эти хмыри чего ожидают? Им тоже надо платить?” “Разумеется”, — ответил я. “Долларов 30?” — спросил он. “Не смешите людей. По 75 каждому”, — потребовал я. “Да, у вас стоит поучиться, как выжать из клиента последний цент”, — пробурчал папаша. “Платите, платите”, — повторил я. Оба моих помощника получили по 75 долларов, написали расписки и, попрощавшись, ушли.

Обратившись ко мне, мистер Дин произнес: “Полагаю, и вы хотите получить свою долю. Думаю, 100 долларов хватит”. “От такой суммы даже куры рассмеются”, — ответил я. “Уж не собираетесь ли вы содрать с меня 500 долларов?” — ахнул мистер Дин. “Ну, что вы, — ответил я. — Пока я с вас возьму 1.500 наличными”. “Да, у вас можно поучиться, как стричь клиента догола”, — заключил папаша и, отсчитав три пятисотдолларовые бумажки, вручил их мне, получив взамен расписку.

“Что у вас еще на уме? Выкладывайте”, — предложил мистер Дин. “Есть кое-что”, — ответил я. “Вы любите пиво, а ваша жена любит ходить в церковь. Она член Женского христианского союза воздержания. Ей не нравится, что вы напиваетесь по выходным и что от вас разит пивным перегаром каждый божий день. Так вот, я сделаю так, что вы будете выпивать не более четырех стаканов пива”. “Так еще жить можно, черт побери”, — обрадовался папаша Дин. “Вы не совсем то подумали, — заметил я. — Я имел в виду двухсотграммовые стаканы, а не бабды, на которые вы рассчитывали. Пишите на мое имя долговое обязательство на получение 1000 долларов по первому требованию. В тот же день, когда вы напьетесь, я предъявлю его к оплате. Что касается пива, можете позволить себе четыре двухсотграммовых стакана в день и не больше”.

Мистер Дин написал обязательство и добавил: “Знаю теперь, у кого учиться, как вымогать деньги”. “Вот и прекрасно, — ответил я. — Роберт сейчас уехал домой повидаться с матерью. Не хочу, чтобы вы с ним встретились. Вы вернетесь в Сиракузы таким-то поездом”. И я назвал время отправления поезда.

Роберт возвратился в понедельник утром. Войдя в кабинет, он покраснел. “Как отдохалось, Роберт?” “Отлично”, — ответил он. “А что ты делал?” — “Я скошил траву на лужайке. Дождя не было”. Сказав это, он еще гуще залился краской.

Еще раньше я попросил Джерри научить меня воинским командам. Роберт стоял лицом ко мне. Я приказал: “Смирно! Сомкнуть ряды. Кругом. Марш. Налево. Марш. Стой. Напиться у питьевого фонтана, марш в уборную и помочиться. Кругом. Марш. У фонтана стой! Напиться, оправиться. Марш. Направо. В кабинет войти. Смирно!” Джерри вскочил и сомкнул ряды с Робертом, который уже стоял по стойке смирно. Все мои команды они выполняли вместе.

“Теперь, Роберт, вольно! — приказал я. — Помнишь, как на той неделе ты сказал: “Вроде дождь пошел? Кажется, по стеклу скатилась капля”. В этом был скрыт символический смысл. Я сделал единственное заключение, что дождь — это падающая вода, и льющаяся моча — тоже падающая вода. Ты съездил домой, скошил траву на лужайке, и сказал: “Дождя не было”. А теперь, Роберт, я хочу чтобы ты сказал мне всю правду.

“Все это довольно странно, — ответил Роберт. — Я выкосил лужайку, сам не знаю зачем. Потом я поставил косилку обратно в гараж. Дверь в гараже у нас открывается вверх. Так что, когда дверь открыта, с противоположной стороны улицы видно все, что происходит в гараже. Поставив косилку в гараж, я помогился на нее. И все вспомнил!

Я был еще совсем маленький, когда, забежав как-то в гараж, увидел новенькую косилку. Тут я взял и написал на нее. Я не слышал, как в гараж вошла мать.

Обеими ладонями она с силой ударила меня по ушам, потом зажала мне рот рукой и притащила в дом. Там она долго и страшно меня отчитывала. Ужасная была лекция.

После этого я мог пользоваться туалетом дома, только если мать была занята на кухне, а отец был на работе. В школе или в летнем лагере мне приходилось далеко убегать в поисках укромного местечка, чтобы пописать. При малейшем шорохе в голове раздавался раскат грома. Я не воспринимал это как звук оплеух”.

“Так вот в чем твоя проблема, Роберт, — заключил я. — Смирно. Сомкнуть ряды. Кругом. Марш. Кругом. Стой. Напиться как следует. Марш. Пописать. Кругом. Марш. Остановиться у фонтана. Напиться и марш в кабинет. Вольно, джентльмены!” Я спросил: “Как ты думаешь, Роберт, с тобой теперь все будет в порядке?” Роберт рассмеялся и ответил: “Так точно!”

Дождь — это падающая вода. А новую косилку нужно окропить святой водой, так думают маленькие сорванцы.

Все это происходило в июле. На Новый год из Нью-Йорка раздался звонок от мистера Дина: “Я напился в стельку, получи эту чертову тысячу”. Я ответил: “Мистер Дин, когда вы оставили мне долговое обязательство на 1000 долларов с выплатой по первому требованию, я сказал, что имею право получить деньги, как только вы напьетесь. Я не хочу их сейчас получать”. С этого момента он дал зарок не пить больше пива и стал ходить в церковь вместе с женой.

Прошло 25 лет. Рейс, которым я летел, задержался в Сиракузах из-за метели. Я позвонил мистеру Дину из гостиницы. “Добрый день, мистер Дин. Как поживаете?” — и назвал себя. “Приезжайте к нам”, — пригласил он. Но я сказал, что мой самолет вылетает в 4 часа утра и мне не хотелось бы причинять ему неудобства. Он ответил: “Миссис Дин будет сожалеть, что не поговорила с вами”. “А вы попросите ее позвонить мне, когда она возвратится из церкви”, — предложил я. “Обязательно передам”. Мы с ним долго и приятно беседовали.

Роберт всю войну провоял на своем эсминце. Он был на том корабле, на котором у японцев была принята капитуляция. Видел всю церемонию. После войны Роберт перешел в военно-морскую авиацию и погиб в воздушной катастрофе в 1949 году.

Кстати, после того звонка, когда мистер Дин сообщил, что он “напился в стельку”, каждое Рождество я получал от супругов поздравительные открытки.

Мистер Дин признался во время телефонного разговора: “К пиву с тех пор так и не притронулся. А в церковь хожу исправно”. Когда миссис Дин вернулась

из церкви, она позвонила мне в гостиницу. “А что случилось с тем обязательством на 1000 долларов?” — поинтересовалась она. “Я отдал его Роберту и объяснил, при каких обстоятельствах и на каком условии получил его. Роберт пообещал хранить обязательство, чтобы убедиться, что мистер Дин серьезно намерен стать трезвенником, и если это будет так, он сожжет бумагу. Так что, если ее не было среди его вещей, присланных из части, значит, он ее сжег”.

Мистер и миссис Дин уже умерли. Погиб и их сын Роберт. Ему понадобилось 28 дней, чтобы справиться со своим “застенчивым пузырем”. Чтобы добраться до сути, мне понадобилась неделя. Я работал вслепую, хотя и не совсем вслепую. Встретив его отца, грубияна и задиру, я знал, с кем имею дело. Я укротил его и сделал славным человеческим существом. (*Эриксон смотрит на Сиду, ожидая его реакции.*)

Сид: Прекрасный рассказ.

Эриксон: Мне жаль, что Роберт погиб. Джерри, и профессор, и “серая мыш” — все, слава Богу, живы.

Надо принимать пациента таким, каков он есть. Ему еще предстоит жить сегодня, завтра, через неделю, через месяц, через год. А приходит он к вам из тех условий, в которых живет сейчас.

Заглянуть в прошлое поучительно, но знание прошлого не может его изменить. Если вы когда-то испытывали чувство ревности к матери, то это чувство было, и это неизменный факт. Если у вас была чрезмерная фиксация в отношении матери, то это тоже факт. И сколько ни заглядывай в прошлое, факты нельзя изменить. Нужно жить в гармонии с настоящим. Поэтому в лечении ориентируйтесь на то, что пациент живет сегодня, будет жить завтра и, дай Бог, на долгие годы вперед.

А ты как? Надеешься, что я еще протяну несколько годков? (*К Сиду.*)

Сид: Без сомнения. Ты говорил, что твой отец дожил до 97 лет.

Эриксон: Хм-м-м. Я как-то видел по одной программе печальную и удручающую передачу об одной старухе из дома для престарелых. Она все жаловалась, как ей плохо в богадельне. Она 40 лет жила на пособие для бедных. Сейчас ей 90 и она все еще живет на пособие в доме для престарелых. “Последние лет шесть у меня нет ни одной радостной минуты, — заявила она, — потому что я каждый день с ужасом жду смерти. Я только и думаю эти последние шесть лет, что мне предстоит умереть, у меня нет ни одного счастливого мгновения”. А я подумал: “Черт побери, почему бы тебе не начать вязать себе шаль и лучше

думать о том, как ты в ней покрасуешься, прежде чем откинешь копыта".
(Эриксон улыбается.)

Едва родившись, мы уже начинаем умирать. Одни быстрее, другие медленнее. Надо радоваться жизни именно потому, что однажды утром ты можешь проснуться покойником. Но ты об этом не узнаешь. Это будет забота для других. А пока радуйся жизни.

Знаете хороший рецепт долголетия? (Обращается к Сиду.)

Сид: Нет. Поделись.

Эриксон: Будь всегда уверен, что утром встанешь. (Смех.) А для пущей верности — выпей побольше воды на ночь. (Смех.)

Сид: Тогда уж точно вскочишь ни свет ни заря.

Эриксон: Полная гарантия. Который сейчас час?

Зигфрид: Без десяти три.

Эриксон: Расскажу вам еще об одном пациенте. Краткая информация для ясности. Когда я учился в медицинском училище, в моем классе был один очень замкнутый и застенчивый студент. Учился он хорошо, но уж очень был робкий. Он мне нравился.

Однажды на занятиях по физиологии нас разбили на четыре группы и каждая получила кролика для опытов. Наш профессор, доктор Мид, предупредил нас: "Та группа, у которой кролик умрет, получит оценку ноль. Так что будьте осторожны".

К несчастью, в нашей группе кролик погиб. "Виноват, ребята, но я ставлю вам ноль". "Виноват, доктор Мид, — возразил я, — но мы еще не провели вскрытия". "Хорошо. За то, что сообразил насчет вскрытия, повышаю тебе оценку". Мы вскрыли кролика и позвали профессора взглянуть. Он убедился, что кролик умер от обширного перикардита. "Удивительно, что этот кролик еще живым попал в лабораторию, ему давно полагалось умереть. Ставлю вашей группе высший балл".

Так вот, в один летний день этот мой бывший одноклассник пришел ко мне в кабинет и сказал: "Я навсегда запомнил того кролика. Обидно было получать ноль, но я никогда не забуду, как тебе сначала повысили балл, а потом поставили всем высший балл только потому, что ты уверенно возражал доктору Миду.

А я вот уже 20 лет практикую в пригороде Милуоки, а теперь вынужден подать в отставку, потому что нервы совсем сдали. Знаешь, когда я был маленький, мои родители были очень богаты. У нас был громадный дом в Милуоки и перед ним огромный газон.

Каждую весну я должен был выкапывать одуванчики, а родители платили мне пять центов за громадную корзину. Когда набиралась полная корзина, я звал отца, чтобы он утоптал одуванчики, и корзина получалась заполненной лишь наполовину. Затем я опять наполнял ее доверху и мать или отец снова утрамбовывали одуванчики. Такая тяжелая и долгая работа и всего за пять центов.

Когда я учился в медицинском училище, я познакомился с девушкой из Милуоки. У нее были точно такие же родители. Мы полюбили друг друга и поженились тайком. Она боялась признаться своим родителям, а я — своим. Затем умерли ее отец и мать, потом умер мой отец. Отец оставил мне большое состояние, так что материально я независим. У матери свое состояние. Жена тоже богата и независима, но никому от этого не стало легче.

Когда окончилась моя практика, мать известила меня, что мне следует открыть собственное дело в определенном пригороде Милуоки. Она сняла мне помещение для приема пациентов и наняла опытную медсестру вести дела в моем офисе. Она забрала все в свои руки. На мою долю оставалось обследование, запись в историю болезни и выписка рецептов. Рецепты она забирала, все объясняла больным и записывала их на следующий прием. А я только работал. Она управляла всеми делами и мною впридачу.

В течение дня я несколько раз мочу штаны. Всегда приношу с собой несколько пар запасных. Но я люблю медицину.

Жена у меня весьма общительная женщина, а я так и не научился сближаться с людьми. Жена любит принимать гостей. Если я прихожу домой, а там полно гостей, я прохожу молча через гостиную и спускаюсь в подвал. Я выращиваю там орхидеи, это мое хобби. Вот я и сижу там, пока не уйдет последний гость.

Завтракаю я дома, иногда в ресторане. Но там я очень нервничаю, не могу долго оставаться. Еще не люблю ходить в рестораны, где обслуживают официантки. Предпочитаю официантов. Чтобы не задерживаться долго в ресторане, в одном я заказываю пюре, быстро проглатываю и иду в другой ресторан. Там я заказываю свиную отбивную, быстро съедаю и иду в третий. В третьем ресторане заказываю овощи, хлеб и молоко, быстро управляюсь и ухожу. Если мне захочется десерт, я иду еще куда-нибудь, где обслуживает официант.

У нас в доме никогда не празднуется День Благодарения и Рождество. На Рождество мы всей семьей уезжаем в Солнечную Долину, в штате Айдахо. Жена и

дочь отправляются кататься на лыжах с остальными отдыхающими. А я встаю рано и катаюсь там, где никого нет, а возвращаюсь, когда стемнеет. Там есть несколько мест, где можно перекусить и где обслуживают только мужчины.

У матери есть летний домик на берегу озера. Она купила его для нас с женой и для нашей дочери. Мать всегда звонит ко мне на работу и указывает, когда мне брать отпуск, и сама берет отпуск на это же время.

Каждое утро мать приходит к жене и распоряжается, что приготовить на завтрак, на обед и на ужин. Мне она говорит, по каким дням мне плавать, по каким ходить под парусом, когда плавать на байдарке и когда удить рыбу. А у меня не хватает смелости восстать против матери, и у жены тоже, потому что ее родители затюкали ее точно так же, как мои меня. Но ее родители хоть умерли, так что она живет более или менее в свое удовольствие, чего нельзя сказать обо мне.

Я люблю играть на виолончели и, говорят, у меня это весьма недурно получается. Но я могу играть, только запершись в своей спальне. Жена и дочь слушают под дверью.

Мамаша звонит мне каждый день и битый час рассказывает о том, как она провела день. Дважды в неделю я должен писать ей письма на десяти страницах. Она помыкает мною, и я больше не в силах выносить все это.

Я приехал в Феникс и купил дом с участком. Жене я сказал, что бросаю медицинскую практику и мы переезжаем в Феникс. Она была очень недовольна из-за того, что я не дал ей самой выбрать дом и участок. А я просто боялся ей обо всем сказать. Я всю свою жизнь боюсь”.

“Послушай, Ральф, прежде чем начать тебя лечить, я должен поговорить с твоей женой и дочерью. Сколько дочке лет?” “Двадцать один год”, — ответил Ральф. “Хорошо. Пусть жена придет ко мне завтра, а дочка — послезавтра”.

Я побеседовал с обеими, и жена подтвердила все, что сказал ее муж. Она еще добавила, что муж всегда водил дочь в ресторан на День Благодарения, так как суета званого обеда в доме ему не по силам. Жена подтвердила, что они никогда не праздновали Рождества, у них никогда не было рождественской елки и подарков.

На приеме у меня дочь сказала: “Я люблю папу. Он мягкий и кроткий, добрый человек. Но он никогда меня не поцеловал, не обнял, никогда не сказал, что любит меня. Он никогда ничего мне не подарил ни на день рождения, ни на Рождество, не преподнес веселой открытки на День Святого Валентина или

поздравительной открытки на Пасху. Он мягкий, добрый, кроткий человек, который, кажется, боится всего на свете, кроме своих пациентов. И пациенты любят его. Он хороший практик. Только мне хотелось бы, чтобы у меня был папочка”.

Когда Ральф снова пришел ко мне, я сказал ему: “Твоя жена и дочь подтвердили твой рассказ и кое-что к нему добавили. Я буду действовать с тобой, как с доктором Мидом. Ему я сказал, что нельзя ставить ноль, потому что не сделано вскрытие. Затем он повысил оценку именно потому, что вскрытие пока еще не было сделано. И, к счастью, он поставил нам высший балл после вскрытия. Точно так же, Ральф, я буду лечить тебя”.

Первое, что я с тобой сделаю, это заставлю перестать мочить штаны. Сейчас начало лета. Я осмотрел твой дом и участок. Там тьма одуванчиков. Жена даст тебе садовый совок и корзину. Надень пару старых черных брюк, в восемь утра выходи на участок и выкапывай одуванчики. Там их прорва, Ральф. Будешь сидеть на газоне с восьми утра до шести вечера. Жена принесет тебе литров восемь лимонада и солевые таблетки. Таблетки принимай по своему усмотрению, но все восемь литров лимонада ты должен выпить. Когда захочется помочиться, мочись прямо на землю, где сидишь. Феникс — городок небольшой (в ту пору, о которой идет речь), и народ здесь дружелюбный. Прохожие будут останавливаться, заговаривать с тобой, и наблюдать, как ты расправляешься с одуванчиками. А ты знай себе попивай лимонад да пописывай и будешь сидеть там целый день”.

Ральф все так и сделал. Надел большую соломенную шляпу от солнца и стал выкапывать одуванчики. Жена периодически разгружала полную корзину. Вечером он принял ванну и лег спать. На следующее утро он надел другую пару старых брюк и пошел выкапывать одуванчики у соседей. Работал весь день, но время от времени бегал в свой туалет облегчиться.

Тут и мокрым штанам конец. За тот первый и единственный день ему мокроты по горло хватало. Он выяснил, что если можно жить, сидя в мокрых штанах, да еще беседуя с незнакомыми людьми, значит, жить вообще можно.

Ральф стал приходить ко мне регулярно, и мы о многом беседовали. Как-то я ему говорю: “Ты как-то чудно делаешь покупки. Сам покупаешь себе рубашки, костюмы, обувь. Входишь в магазин и говоришь: “Я беру эту рубашку (*Эрикссон, не глядя, показывает в сторону*), а потом заказываешь доставку на дом с оплатой после доставки. А дома выясняется, что не твой размер, и ты ее отсылаешь в магазин. Снова приходишь и снова говоришь: “Я беру эту рубашку” (*Эрикссон, не глядя, показывает в сторону*), и так до тех пор, пока не натыкаешься на свой размер. Ты так же покупаешь свои костюмы и обувь.

Ты просто не умеешь покупать. Я научу тебя. Хочешь, приходи ко мне в кабинет или я зайду к тебе домой. Во вторник мы пойдем по магазинам”.

Ральф пришел ко мне в кабинет и спросил: “А это обязательно сегодня надо идти?” — “Да. Мы займемся покупками с толком и не спеша”.

Ральфа прямо передернуло, когда он увидел, у какого магазина я остановился. Когда мы вошли, очаровательная служашая подошла к нам и произнесла: “Доброе утро, доктор Эриксон. А вы, вероятно, доктор Стивенсон. Я уверена, вы захотите купить что-нибудь из нижнего белья для вашей супруги”. И она предложила большой выбор трусиков последнего фасона, бюстгалтеров, комбинаций и чулок, причем с большой торговой скидкой.

Ральф не решался, какие трусики купить жене и дочери. Девушка предложила: “Доктор, очень хороши черные кружевные панталоны. Такие любой женщине понравятся. Смотрите, и у меня такие же”. Она задрала юбку, а Ральф попытался отвернуться, но заметив, что я с удовольствием любуюсь черными кружевными трусиками, Ральф тоже осмелился взглянуть.

Девушка охотно оттянула кофту на груди и показала свой лифчик, а затем подвела нас к прилавку с последними фасонами лифчиков, комбинаций и чулок. Она показала на своей ноге, как хорошо сидят чулки. Бедный Ральф понял, что, пока он все не посмотрит, не пощупает и не выберет покупку, ему из магазина не выбраться.

О размерах Ральф как-то вообще не подумал. Он накупил белья на 200 долларов. В 1950 году на эту сумму получилась приличная куча. Все это ему упаковали и отослали домой. Жена и дочь перебрали покупки и не нашли ничего подходящего по размеру. Пришлось отдать все в Армию Спасения. Они отправились в город и купили себе то же самое, но только своего размера.

“Послушай, — обратился я как-то к Ральфу, — тебе предстоит сделать еще один решительный шаг. Вряд ли ты когда-нибудь водил свою жену смотреть на восход солнца”. Ральф признал, что такого с ним не бывало. “Тогда в воскресенье я повезу тебя и твою жену любоваться восходом солнца”. Я заехал за ними в три часа утра. Поездив туда-сюда, я, наконец, нашел отличное место для любования. Жена была в восторге, и мы с ней постарались, чтобы Ральф тоже отметил все разнообразие цветовых переходов при восходе солнца. В тот же вечер Ральф отправился с женой любоваться заходом солнца. Уж здесь он обойдется без моей помощи.

Спустя какое-то время я заметил: “Ты знаешь, Ральф, меня огорчает твое странное отношение к ресторанам. Ты никогда не ходил в ресторан с семьей. Как

это ни прискорбно для тебя звучит, но в следующий вторник ты и твоя жена приглашаете меня с женой вечером в ресторан, и мы отведаем жаркое из ребрышек. Уверяю тебя, Ральф, нам с Бетти очень приятно быть твоими гостями”.

По пути в ресторан я сказал: “Есть два входа в ресторан: парадный и с заднего двора. Какой ты предпочитаешь?” Ясное дело, Ральф выбрал вход с заднего двора.

Когда мы вошли, нас встретила хорошенькая официантка: “Добрый вечер, доктор Эриксон, а вы, видимо, доктор Стивенсон?” Она помогла ему снять пальто и шляпу и проводила к столику. Я выбрал, с какой стороны ему сидеть. Официантка все беспокоилась, удобно ли ему в этом кресле или, может, заменить другим. Девушка была очень заботливая, все делалось с приятными манерами и хорошим вкусом. Ну просто из кожи вон лезла, такая внимательная. Ральф не знал, куда деваться.

Официантка ушла, и тут Ральф заметил на стене часы. Мы сидели и ждали. Официантка появилась через полчаса, неся четыре подноса с салатами. Жена Ральфа, Бетти и я быстро выбрали себе салаты. Официантка заботливо стояла над Ральфом. Он, не глядя, ткнул куда-то рукой и сказал: “Мне вот этот”. “Но вы даже на него не посмотрели”, — воскликнула девушка. Она взяла щипцы и, поднимая каждый кусочек, объясняла, из чего состоит салат. “Мне этот”, — повторил Ральф. “Но вы даже не взглянули на другие салаты”, — возразила официантка и дала ему дважды разглядеть все четыре вида салатов, пока он не сделал окончательный выбор.

“Заправка у меня тоже четырех видов”, — заявила девушка и очень подробно описала их Ральфу и настояла, чтобы он сам выбрал заправку к салату. Она прямо-таки вилась вокруг него, предлагая то то, то это, то вот это, чтобы он, не дай Бог, не ошибся в выборе. Наконец, она подала заправленные салаты, и они оказались отличными.

Прошел еще час, и девица принесла меню. Все это время Ральф, не отрываясь, глядел на часы. Мы трое быстро сделали свой заказ. И тут официантка опять принялась вальсировать вокруг Ральфа. Она перебрала с ним меню от первого блюда до последнего, обсуждая все их достоинства и, наконец, позволила ему выбрать жаркое из ребрышек. Ральф с облегчением вздохнул. Но официантка не отставала: “Как вам прожарить? До полной готовности, с корочкой, до полуготовности, если с кровью, то очень недожаривать или слегка? А жирку побольше или поменьше?”

Бедный Ральф стойко выдержал всю процедуру выбора жаркого. Наконец, добрались до картошки. Каких только картофельных гарниров она не предлагала.

Наконец сошлись на печеной картошке. Ральф получил исчерпывающую информацию о масле, сметане и луковой приправе. Он все никак не мог решить. Так было чуть ли не с каждым блюдом. Наконец, еду подали и мы трое с удовольствием принялись за нее.

Официантка не отходила от Ральфа, все время справляясь, как ему нравится это, а как то. “Ну хоть взгляните на меня, когда отвечаете”, — попросила она. Она все время шутила, словно старый друг дома. “А почему вы не подчистили свою тарелку хлебом?” — спросила она под конец и заставила-таки подчистить.

Когда обед был закончен, девушка спросила: “Доктор Стивенсон, вам очень понравился обед?” “Да”, — ответил он. “Нет, вы так и скажите”, — настаивала она. “Мне очень понравился обед”, — повторил Ральф. “А вам он очень-очень понравился?” — спросила снова официантка. Я молча смотрел на Ральфа, он понял, что выбора у него нет, и сказал, что обед ему очень-очень понравился. Тогда она спросила: “Очень-очень-очень понравился?” Ральф покорно ответил, что обед ему очень-очень-очень понравился.

Официантка с облегчением вздохнула и произнесла: “Я так рада, что обед вам очень-очень-очень понравился. У нас в ресторане есть такое правило. Если гостю очень-очень-очень понравился обед, он должен поцеловать шеф-повара. Она у нас очень толстая. На кухню можно пройти двумя путями. Можно через переднюю дверь, а можно и через задний коридорчик, я вас могу проводить и туда и сюда. Ну, как пойдём? Через переднюю дверь или через коридорчик?”

Ральф посмотрел на меня, потом отвернулся и сказал: “Пойдем через коридорчик”. Тут официантка произнесла: “Спасибо вам, доктор Стивенсон. Ваше согласие идти через коридорчик — уже достаточная награда для всех нас. Позвольте мне помочь вам одеться и приходите к нам еще, мы будем вам рады”.

На следующий вечер Ральф с женой и дочерью и отправились в тот же ресторан. Обслуживала их та же самая официантка, но уже по всем правилам ресторанной науки. А накануне это я ее подговорил. С тех пор Ральф с большим удовольствием ходил со своей семьей в этот ресторан.

“Ральф, — как-то сказал ему, — здесь, в Фениксе, при этой постоянной жаре, твоей жене и дочери не очень весело живется, да и заняться им нечем. А между прочим, твоя жена любит потанцевать. “Я не умею”, — ответил Ральф. “Я так и предполагал, а поэтому договорился с очень симпатичными девушками, чтобы они научили тебя танцевать. Конечно, первой предложила свою помощь твоя жена, но я решил, что хорошенькие девушки предпочтительнее”. “Пусть меня учит жена”, — заявил Ральф.

Вскоре он зашел ко мне с сообщением: “Ты знаешь, я всегда мечтал присоединиться к этому веселому танцу, когда танцуют вчетвером с разными фигурами. Ничего, если я как-нибудь затею этот танец?” — “Прекрасная мечта, Ральф. Ты получишь огромное удовольствие. Но за это ты должен отблагодарить жену и дочь. Сыграй им на виолончели, но так, чтобы им не пришлось слушать тебя у закрытой двери спальни”. Ральф согласился дать открытый концерт для жены и дочери и не раз отводил душу, отплясывая свой любимый танец. Он даже как-то принял участие в пьесе, которую поставили участники танцевального клуба.

Ральф так увлекся танцами, что каждый вечер ходил с женой в клуб. А поскольку таких клубов в Фениксе было несколько, они не пропустили ни одного. Он даже прислал мне по почте весьма игривую открытку, что для него было почти подвигом. На открытке была изображена уборная под открытым небом, на одной двери надпись “Ковбой”, на другой — “Ковбелль”*

“Есть еще одно препятствие, — сказал я Ральфу, — которое тебе надо преодолеть для выздоровления. Пока дела у тебя идут хорошо. С тех пор, как ты переехал в Феникс, твоя мать звонит тебе дважды в неделю и ты по часу отчитываешься перед ней о своем житье-бытье. Кроме того, она еженедельно присылает тебе от двух до четырех пространных писем. Чтобы ответить на эти письма, тебе приходится исписывать по крайней мере десять листов бумаги в неделю, дополнительно к тому времени, что у тебя занимают ее телефонные разговоры.

Все это надо поломать, и пуповину обрежу я. Купи садовый столик и поставь у себя в саду. Достань одну пустую бутылку из-под виски с сохранившейся наклейкой, и другую, наполовину опорожненную, тоже с яркой наклейкой. Купи себе соломенную шляпу и садись в саду. Босые ноги положи на стол, на нем будет валяться на боку пустая бутылка, но так, чтобы была видна наклейка, а полупустая будет стоять перед тобой этикеткой к зрителю. Шляпу сдвинь набекрень. Откинись в кресле, балансируя на двух задних ножках стула, глаза полуприкрой. Жена подкрасит тебе нос и щеки своими румянами. Мы сделаем отличную цветную фотографию и отправим твоей мамаше”. С тех пор он не получил от любимой мамаша ни одного письма и ни одного звонка.

Как-то летом Ральф написал матери: “Лаура, Кэрл и я хотим провести отпуск в домике на озере с такого-то по такое число”. Мамаша туда и носу не показала. Они никогда еще так отлично не отдыхали.

Однажды приходит ко мне Кэрл, дочка Ральфа и говорит: “Знаете, скоро Рождество. Папа никогда мне ничего не дарил на Рождество, на день рождения, ни открыточки не преподнес, не поцеловал ни разу. Мне так хочется, чтобы у нас дома была рождественская елка”.

*Красотка (belle). — Примеч. переводчика.

Я сказал его жене: “Я сейчас очень занят и не могу пойти с Ральфом за елкой, ее украшением мне тоже некогда заниматься. Займитесь этим вы, а также выберите и купите подарки себе, дочери и Ральфу. Когда он увидит елку, он вас ни о чем не спросит. А уж когда он увидит коробки под елкой, он сообразит, что здесь не обошлось без меня”.

В канун Рождества миссис Эриксон, мой старший сын и я явились к Ральфу домой. “Ральф, у некоторых людей существует традиция открывать коробки с подарками в канун Рождества. Давай и мы заведем такой обычай. Ты, верно, знаешь, как преподносят подарки на Рождество. Берешь из-под елки сверток (*Эриксон показывает*) и вручаешь тому, кому он предназначен. Называешь получателя по имени, желаешь ему счастливого Рождества и целуешь в щеку”.

Ральф нехотя подошел к дереву, где я по порядку разложил все подарки. Он взял упакованный подарок и подошел к дочери. Не отрывая глаз от пола, он произнес: “Счастливого Рождества, Кэрл” — и поцеловал ее в щеку.

“Тебя такое поздравление устраивает?” — спросил я Кэрл. “Это совсем не то. Он клюнул меня в щеку, и я едва расслышала его слова”. “Что же нам делать?” — спросил я. “Давай покажем ему, как надо”, — предложила Кэрл. “Я вообще-то ожидал, что придется организовать демонстрационный показ, и для этого прихватил сына. Он твой ровесник и вполне недурен собой, так что выбирай между сыном и мной”. “Я выбираю вас, доктор Эриксон”, — заявила Кэрл.

Она положила подарок обратно под елку. Я взял его, подошел к ней и сказал: “Счастливого Рождества, Кэрл!” Она висела у меня на шее добрых десять минут. Заметив, что отец смотрел в другую сторону, Кэрл возмутилась: “Папа, да ты ничего не видел. Мы сейчас повторим”. На этот раз Ральф увидел.

Он поднял второй подарок, для жены, и взглянул на нее. Она же смотрела на меня и моего сына. Ральф подошел к ней и произнес: “Счастливого Рождества, Лаура” — и поцеловал ее в губы. Дальше все пошло как по маслу. (*Эриксон смеется.*)

Как-то пришла ко мне Кэрл и сообщила: “Я собираюсь выходить замуж. Папа всегда бывал на свадьбах своих пациентов. Но на каждой свадьбе он принимается плакать, да так громко, что на всю церковь слышно. Я собираюсь венчаться в церкви и не хочу, чтобы папа ревел там, как теленок, и портил всем настроение. Можно что-нибудь сделать, чтобы он перестал?”

“Конечно, можно. Скажи маме, чтобы она села на самое крайнее сиденье от прохода, Ральф пусть сядет слева от нее. А я сяду по левую сторону от отца”.

Ральф удивился, когда я сел рядом с ним, его женой и всем семейством. Я взял руку Ральфа в свою и согнул его указательный палец в китайский замок. Это очень болезненный прием. (*Эриксон показывает, с силой согнув и сжав первые две фаланги указательного пальца.*) Как только Ральф сморщился, собираясь заплакать по ходу свадебной церемонии, я немедленно стиснул его пальцы, и вместо плаксивого выражения у него на лице появилось возмущение. Свадьба прошла спокойно.

“Ральф, в церковном дворе состоится небольшое торжество, — сказал я ему. — Тебя взять под руку или сам сможешь выйти?” “Я сам”, — ответил Ральф. И справился.

Ральф задумал построить дом для жены в месте, которое она выбрала сама. Туда протянули телефонный кабель. Все задумки жены были учтены при строительстве.

До завершения дома оставалось ждать недолго, когда Ральф пришел ко мне и пожаловался: “Последние два месяца у меня постоянно болит мочевого пузыря”. “Ральф, как же так можно? Два месяца болит, при твоём-то возрасте, и ты не пришел раньше?” — пожурил я его. “Понимаю, но я знал, что ты пошлешь меня к урологу, а этого я не вынесу”, — ответил Ральф. “Опиши мне свою боль”. Ральф очень точно все описал. “Ральф, — сказал я, — надеюсь, что это доброкачественная опухоль. Я думаю, у тебя опухоль предстательной железы. Тебе придется сходить к урологу”. “Не пойду я ни к какому урологу, — заявил Ральф. — И ты меня не заставишь”. “Я поговорю с твоей женой и дочерью”, — сказал я. “Можешь говорить, а к урологу я не пойду”.

Понадобилось несколько недель уговоров со стороны жены и дочери, чтобы Ральф согласился повидать уролога. “Но только не в Фениксе”, — сказал он. “Куда ты согласен поехать?” “Я мог бы поехать в Майо”, — ответил Ральф. “Каким транспортом?” — спросил я. “Самолетом не хочу”. “Значит, придется ехать поездом или автобусом, — заключил я. — Автобус слишком часто останавливается, и ты можешь передумать. Предлагаю поезд. Ральф, дать тебе в сопровождение хорошеньких медсестричек, чтобы они наверняка доставили тебя в Майо, или дашь мне слово, что доберешься самостоятельно?” Ральф вздохнул и сказал: “Даю слово”.

Кончилось тем, что он вылетел из Чикаго самолетом на Рочестер и позвонил мне из Майо, чтобы сообщить, что он уже на месте. Я позвонил в клинику в Майо и убедился, что он действительно там.

Его там обследовали и прооперировали. “Если бы вы приехали к нам двумя месяцами раньше, — сказали ему врачи, — мы спасли бы вам жизнь. При самом

оптимистическом прогнозе вы проживете года два. Постарайтесь прожить их счастливо, насколько это возможно”.

По возвращении в Феникс Ральф все рассказал мне. “Мне надо было сразу с тобой поделиться, ты бы смог меня заставить поехать. Мне осталось два года жизни. Есть идеи?” Я ответил: “Поторопись со строительством дома. Надо, чтобы ты полюбовался им в законченном виде. И не упускай никаких возможных для тебя развлечений, ходи в гости, на танцы”.

В последние месяцы отпущенных ему двух лет Ральфу стало настолько худо, что пришлось слечь в постель. Умер он в течение месяца. Я часто навещал его перед смертью. За ним ухаживала сиделка. Как-то я вошел в комнату, она обернулась, взглянула на меня и произнесла: “О, это вы, доктор Эриксон. С вами я не останусь в одной комнате”. Повернулась и вышла.

“Что это она так с тобой?” — спросил Ральф. “У нее есть причина. Не волнуйся. Я все улажу”. Мы побеседовали с Ральфом, затем я собрался уходить. Когда мы прощались, Ральф поблагодарил меня за те несколько прекрасных лет, когда он по-настоящему радовался жизни. Хотя и добавил честно: “Кое-что из того, что ты со мной делал, мне не очень-то нравилось”.

А что касается сиделки, то она позвонила мне месяца через два и сказала: “Доктор Эриксон, я была сиделкой у доктора Стивенсона. Помните, когда вы вошли в комнату, я сказала, что не хочу находиться с вами в одной комнате? Знаете почему?” “Да, — ответил я. — Много лет назад, я вас предупредил: “Ваш муж хорошо зарабатывает, работая механиком. Вы весь год преподаете в школе, а летом подрабатываете сиделкой. Все ваши деньги уходят на уплату вашего подоходного налога, на расходы по хозяйству, на подоходный налог мужа, на погашение кредитов. И все это вы оплачиваете из собственных денег?” Когда я с вами познакомился, у вас был трехлетний сынишка.

Вы мне рассказали, что ваш муж купил автомобиль, но недоволен покупкой. А поскольку он механик, он решил соорудить супер-супер-автомобиль, машину будущего. Я вас предупредил, что ваш муж отдаст своему “суперу-суперу” каждый свободный час, все вечера, праздники и выходные, истратит на него все свои доходы, покупая и выбрасывая все новые и новые части и не находя того, что годится для его задумки. Каждый год он возобновляет водительские права, чтобы изредка объехать вокруг квартала, да и то если мотор работает. Он без конца покупает новые кузова, новые рамы, капоты, моторы, все новое.

Еще тогда, когда я увидел вас в первый раз, я вам сказал, что, подрастая в таком доме, где мать надрыдается, чтобы содержать семью, но разрешает своему мужу вколачивать все свои деньги и все свое время в супер-супер-автомо-

биль... в таком доме ваш трехлетний сын к 15 годам попадет в тюрьму за преступление, связанное с автомобилями”.

“Да, все именно так, — сказала сиделка. — Я так разозлилась, что отказалась уплатить ваш гонорар. И все эти годы меня съедает злоба. В следующем месяце моему сыну исполняется 15 лет. Его арестовали за угон автомобиля. Ему, видите ли, покататься захотелось. Но его выпустили с испытательным сроком. Срок еще не кончился, а он украл другой автомобиль. А ему еще нет пятнадцати. Я пришлю вам чек на ваш гонорар почтой”.

“Забудьте об этом. Вы уже дорогой ценой уплатили за полученный урок. Когда мужу надо проходить техосмотр и подтверждать водительские права?” “В этом месяце”, — ответила она. “Так вот, пусть он сам на своем “супер-супере” отправляется в автоинспекцию сдавать экзамен по вождению. Не давайте ему своей машины”.

И вот муж отправился получать новые права. Письменный экзамен он сдал. Затем они вышли на улицу, чтобы проверить практические навыки вождения. Когда они подошли к машине, инспектор спросил: “Это вы пригнали сюда эту штуковину?” Он обошел машину вокруг, открыл капот и заглянул внутрь. Он долго изучал машину, потом, открыв багажник, подозвал другого инспектора. Они прямо-таки глаз не могли оторвать от “супера-супера”.

Посоветовавшись, они подошли к владельцу и сообщили ему: “Если бы мы заметили, как вы ставили машину на стоянку, мы бы оштрафовали вас немедленно. Но мы проглядели. Но на улицах это сооружение никогда не появится. Мы предупредим городскую полицию. Разрешаем вам позвонить в фирму по отбуксовке. Пусть увезут машину на свалку или, если возьмут, продайте ее на запчасти”. Кое-как удалось уговорить буксировщиков купить машину на запчасти.

Вернувшись домой, незадачливый изобретатель покаялся перед женой: “Прости меня”. Рассказал, как было дело, и повторил: “Прости меня. Буду теперь отдавать тебе всю зарплату, а ты мне купи какую-никакую машину, чтобы на работу ездить. Все, кончаю со своей затеей”.

Жена с горечью ответила: “Ты отказался не только от своего супер-автомобиля, но и от сына тоже. Хорошо, я куплю тебе машину и буду забирать у тебя зарплату”.

(Эриксон обращается к группе.) Страшная история, не правда ли?

Сид: А что там было с этой супер-машиной, что инспекторам так не понравилось?

Эриксон: Шасси и рама не подходили друг к другу. Мотор был слишком велик для этой машины. Не тот карбюратор. Инспектора просто озверели. Они заявили, что это не машина, а какое-то чудовище.

Сид: А ты видел машину? Ты рассчитывал на подобную реакцию?

Эриксон: Все это инспектора сказали мужу, он жене, а она мне.

Сид: Но ведь это ты посоветовал, чтобы муж поехал в автоинспекцию на этой машине.

Эриксон: Да, я.

Сид: Значит, ты ожидал чего-то подобного?

Эриксон: Жена рассказывала, сколько раз он покупал крылья, а они не подходили к капоту. А когда он купил новый капот, он не подошел к крыльям. Потом он приобрел шасси, тогда не подошли ни крылья, ни капот. А новая багажная дверь не подошла к багажнику.

Сид: Понятно.

Эриксон: После этого горького разговора я ее больше не видел.

Есть люди, которым невозможно помочь, но надо пытаться. Я попробовал шоковый прием, и он не сработал. Я предсказал ей последствия ее поведения. Ей следовало понять, что муж получает больше нее и должен сам платить свои налоги. Но она взяла все на себя. Мне показалось, что в такой ситуации поможет шоковый прием. Видимо, до нее даже не доходила ошибочность ее поведения.

Сид: А какой способ лечения здесь помог бы больше?

Эриксон: Я понимал, что с мужем я ничего не добьюсь. Он был просто одержим своей идеей супер-машины будущего и гордился своими техническими способностями. Разубедить его не было никакой возможности. А правдивые слова не вызвали серьезного отклика у жены. Это он должен был материально помогать жене, а не наоборот.

До чего же слепой бывает женщина! Ужасно слепой.

Сид: Мужчины не лучше. Короче говоря, не было никакой возможности открыть им глаза.

Эриксон: Я не нашел. Я пытался очень мягко сказать ей всю правду. Думаю, она мне позвонила именно потому, что я сначала вел себя с ней очень мягко. Когда обходительность не помогла, пришлось резать правду-матку. Но ей это тоже пришлось не по вкусу.

Да, вспомнил. Она еще раз звонила мне пару лет назад. Она сказала: “Я не работаю этим летом. Решила отдохнуть”.

Расскажу вам другую историю. Ральф как-то мне поведал: “В Милуоки живет сестра моей матери. Ей 52 года. Замуж не выходила. Материально независима. У моей тетушки единственный в жизни интерес. При любой возможности она посещает епископальную церковь. Друзей у нее там нет. Она ни с кем не разговаривает и незаметно уходит по окончании службы. Меня она любит, и я ее люблю, но последние месяцев девять она находится в ужасно подавленном состоянии. Каждое утро к ней приходят экономка и горничная. Они остаются в доме в течение дня, готовят, убирают, ходят за продуктами. Дворнику она платит за уборку газона и расчистку дорожек от снега зимой. Все хозяйство ведет экономка.

Тетушка только сидит, читает Библию и ходит в церковь. Друзей у нее нет. С матерью она давно в ссоре, и они даже не разговаривают. Я как-то не умею навещать ее и говорить с ней, поэтому бываю у нее редко. Но я всегда испытывал к ней нежное чувство и знаю, что сейчас у нее очень плохо на душе. Когда ты в следующий раз поедешь в Милуоки с лекцией, может, зайдешь к ней и посмотришь, чем ей можно помочь?”

Я зашел к ней вечером. Экономка и горничная уже ушли, закончив свои дела. Я подробно объяснил ей, кто я и от кого. Она очень пассивно выслушала меня. Я попросил разрешения осмотреть ее дом. Она так же безразлично провела меня по всем комнатам.

Я внимательно ко всему приглядывался. В солнечной комнате я увидел три цветущих куста африканской фиалки разного цвета. И отдельно в горшочке отросток еще одной фиалки.

Это, как вы знаете, очень капризные растения и быстро погибают без надлежащего ухода.

Когда я увидел эти разноцветные кусты, я сказал: “Я хочу дать вам медицинские задания и надеюсь, вы их выполните. Вам понятно? Вы согласны их выполнить?” Она равнодушно согласилась. “Завтра вы пошлете свою экономку в цветочный магазин, и пусть она купит африканских фиалок всех возможных цветов. (В то время было выведено, кажется, 13 различных сортов.) Эти фиал-

ки будут на вашем попечении. Ухаживайте за ними как следует. Вот вам одно медицинское поручение.

Затем пусть ваша экономка купит 200 подарочных цветочных горшков и 50 горшочков для рассады и цветочную землю. От каждой фиалки вы отломите по листочку и высадите в маленькие горшочки, чтобы затем получить взрослые растения. (Эти фиалки размножаются листочками.)

Когда у вас подрастет достаточное количество африканских фиалок, я хочу, чтобы вы послали по кусту в каждую семью среди прихожан вашей церкви, в которой появился новорожденный. Пошлите по цветку семье каждого ребенка, который принял крещение в вашей церкви. Посылайте фиалки всем, кто болен. А если в церкви объявляется обручение, невесте тоже следует послать фиалку, то же самое и в день бракосочетания. А если кто-то скончается, пошлите свои соболезнования с визитной карточкой и фиалкой. Когда церковь будет устраивать благотворительные базары, предложите дюжину, а то и два десятка своих фиалок на продажу". Я потом узнал, что у нее всегда было в доме до 200 взрослых растений.

Человеку не до депрессии, когда ему надо ухаживать за двумя сотнями фиалок. (*Общий смех.*) Она умерла, когда ей было за семьдесят. Ей присвоили титул "Королева Африканских Фиалок Милуоки". А я у нее был только раз. (*Эриксон смеется.*)

Сид: У нее, верно, полно было друзей.

Эриксон: Да, причем всех возрастов. Когда больной ребенок получает красивый горшок с прекрасным растением, конечно, она становится другом этого ребенка. Родителям так приятно получить такой подарок, что, когда ребенок поправляется, они идут ее благодарить. В таких хлопотах тетушка Ральфа провела более 20 лет. Главное, не копаться в прошлом и не думать без конца о своем одиночестве.

Сид: Надо дело делать.

Эриксон: Дело делать, причем полезное для общества. Тетушка, может, и не задумывалась об общественном значении своих трудов. Просто увлеклась. Ральф очень был мне за это благодарен.

Однажды один фермер привез ко мне свою жену. "Вот уже девять месяцев у нее подавленное состояние и она все время думает о самоубийстве. У нее артрит. Женаты мы не очень давно. Ее так мучает артрит, она и у ортопеда лечилась. Я возил ее к психиатрам, думал, психотерапия поможет. Все рекомендуют

электрический или инсулиновый шок. Ей уж пятый десяток пошел. Очень ей хочется ребеночка, а ортопед сказала: “Если забеременеете, может обостриться артрит, а вы и так уже с трудом двигаетесь, так что не советую”. Была она у гинеколога, та сказала: “Беременеть не советую. У вас артрит в тяжелой форме, а вам может сделаться еще хуже. Вы разродиться не сможете”.

Муж внес ее ко мне на руках. Я попросил, чтобы она сама мне все рассказала. Она сказала, что беременность для нее дороже жизни. “Я уж все ножи от нее прячу”, — вмешался муж. Если человек решил покончить с собой, упредить его трудно. Однако бывает много всяких отсрочек, прежде чем дело дойдет до самоубийства.

Я сказал ей: “Мадам, вы говорите, что беременность для вас дороже жизни. Гинеколог не советует. Ортопед не советует. Ваши психиатры тоже заодно. Мой совет: беременейте как можно скорее. Если артрит обострится, будете лежать в постели и радоваться своей беременностью. Когда придет время рожать, можно прибегнуть к кесареву сечению. Закон этому не препятствует. Самый разумный выход”.

Она быстро забеременела, и артрит полегчал. Депрессия прошла. Девять месяцев счастья — вот чем стала для нее беременность. Роды были без осложнений, и появление Синтии, так она назвала дочку, принесло ей много радости. Муж был на седьмом небе от счастья. К сожалению, когда Синтии было полгодика, она умерла. Прошло несколько месяцев, и фермер опять привез ко мне свою жену. “Ей еще хуже, чем раньше”. Я стал расспрашивать жену. Она только твердила: “Я хочу умереть. Ради чего мне жить?” В весьма резкой форме я дотошно ей растолковал: “Женщина, нельзя же быть настолько неразумной. Долгих девять месяцев ты была счастливейшей женщиной на свете. А теперь ты хочешь убить себя и свои воспоминания об этом счастье? Так нельзя. Шесть долгих месяцев ты радовалась своей Синтии. И эту память ты тоже хочешь уничтожить. Это просто преступление.

Твой муж отвезет тебя домой и достанет молодое деревце эвкалипта. Ты сама выберешь место для посадки. В Аризоне эвкалипты растут очень быстро. Вы назовете это деревце “Синтия” и будете наблюдать, как растет ваша Синтия. И мечтайте о том дне, когда вы вдвоем сможете сидеть в тени своей Синтии”.

Через год я навестил супругов. Дерево очень быстро вытянулось. (У меня во дворе росло дерево высотой метров 20, а ему было только шесть лет.) Женщина мне обрадовалась. Она не была прикована ни к кровати, ни к коляске. Свободно ходила, артрит был в сравнительно легкой форме. Кругом у нее были цветники, занимая больше места, чем сам дом. Она показала мне все свои клумбы, все сорта цветов и дала в подарок целую охапку душистого горошка.

Часто пациенты не умеют думать сами за себя. Их надо подтолкнуть в правильном, действенном направлении. Каждый выращенный ею цветок напоминал ей о Синтии, как и эвкалиптовое дерево, названное именем девочки.

Я не один раз использовал эту схему лечения. У меня был пациент с алюминиевого завода. Он мучался от страшной боли в пояснице. Я заставил его разговаривать о своей боли, о семейной жизни, о тяжелой работе, о заветной мечте приобрести свой домик, дом его мечты. Он построил этот дом из любви к своей жене, но вложил в него все до последнего цента и уже заложил его, чтобы достроить. Вот эти выплаты по закладной ужасно тяготили его. Он признался, что больше всего переживает из-за того, что не смог осуществить заветную мечту детства — окружить свой дом красивым белым забором. “У меня нет ни цента, чтобы купить лишнюю доску. Да если бы дерево и было, я все равно не смогу поставить забор из-за своей поясницы. Я хотел выкрасить его в белый цвет, а без него мне и дом не в радость. Прихожу с работы, только и могу, что сидеть в кресле-качалке. А если сажусь за стол, начинает болеть спина”.

“Мы с тобой еще встретимся, — сказал я. — Но сначала я хочу, чтобы ты побывал у моего друга, ревматолога. Он должен мне кучу денег, и я скажу, чтобы он с тебя платы не брал. Мы с ним сочтемся”.

Ревматолог был прекрасный специалист. Он внимательно обследовал моего пациента и сказал: “Органических изменений я не нахожу. Просто он устал от тяжести жизни”.

Я посоветовал своему пациенту: “Доски для забора тебе не по карману. А мечта живет уже много лет. Вот что я тебе посоветую. Сходи-ка ты на склад Биконс Сторидж. К ним поступает мебель в ящиках, они ее распаковывают и у них остается масса бросового дерева. А таких мест в городе много, где продукция поступает в деревянной упаковке. Покрутись там и собираешь материал для своего забора. А побелка и вовсе гроши стоит. И будет у тебя белый забор вокруг всего двора, смотри и радуйся. Побелку придется подновлять, но ведь и денежки постепенно будут копиться. Тогда уж и до масляной краски дело дойдет, и мечта окончательно осуществится”. Так он и сделал, собирал досок и поставил забор. Почему бы и нет?

Еще живя в Фениксе, мой сын, Барт, задумал подработать и скопить денег на покупку техники для своей фермы. Фирма, в которой он работал, получала массу грузов в огромных ящиках из березовых досок. Барт заверил хозяина, что аккуратно сложит упаковочные доски и сделает с ними все, что прикажут. “Оттащил бы ты их на свалку, это дешевле всего обойдется”, — сказала хозяйка. “Тогда я найду им другое применение”, — сказал Барт и построил себе березовый домик. А еще построил легкий крытый кузов для своего грузовичка, в

котором он с семьей путешествовал по горным штатам. Люди должны работать, я так считаю.

Вот еще один пример. Один человек поместил объявление, что у него стоят на корню 12.000 погибших апельсиновых деревьев. Мертвые деревья стоят уже несколько лет. По объявлению явился агент по недвижимости и купил весь участок со стойняком. Затем сам дал объявление, что любой желающий может приехать и рубить деревья для себя. Сообщение было передано по программе новостей телевидения, но никто не откликнулся.

Если дерево погибает, но не трескается, из него получается хорошая выдержанная древесина. Апельсиновая древесина — ценный материал в мебельной промышленности. 12.000 стволов — настоящее сокровище для любого, кто хочет заработать хорошие деньги. Конечно, работа предстояла нелегкая. С помощью цепной пилы можно повалить от 500 до 1.000 деревьев в день. Надо зачистить и сложить бревна, а затем предложить их на продажу мебельной фабрике. Однако желающих не нашлось, несмотря на то, что объявление повторялось в течение полугода.

Если бы сын был тогда рядом, я послал бы его туда с цепной пилой и помог бы ему взять напрокат грузовик.

Как только депрессия начала прижимать людей всерьез, многие взялись прочесывать город и окрестности, собирая консервные банки, бутылки, бросовые доски. Некоторые из тех, кто раньше сидел на пособиях для бедных, стали зарабатывать по несколько сотен в неделю.

Сид: У тебя есть какой-нибудь способ, чтобы отвести людей от получения страховки по инвалидности? У меня тоже есть пациент с болью в пояснице, вроде твоего. Я пытался с помощью гипноза выяснить причину боли. Наконец, он заявил что это “запах краски”, а потом покатил бочку на своих бывших хозяев, которые много лет подряд над ним издевались и в конце концов уволили, когда он лежал в больнице со своей больной спиной. “Страховая компания хорошо ко мне относится, — заявил он. — Прекрасная страховая компания”. Похоже, он теперь до конца дней от них не отлепится.

Эриксон: У меня тоже было много таких пациентов.

Сид: Как их отодрать от страховки?

Эриксон: Надо очень подробно расспрашивать о детских мечтах, подростковых желаниях, о том, чем им больше всего нравится заниматься. Возьмем хотя бы моего пациента с больной поясницей. Боль от годами давившей его мечты: сказочный дом с белым забором.

Сид: О'кей. Хорошо.

Эриксон: У меня есть друг в Портланде, штат Орегон. Его зовут Дон. Когда я там был с лекциями, я останавливался у него на несколько дней. Он специалист по пластической хирургии и у него дар гипнотического внушения. Однажды он выехал по срочному вызову. Одного гонщика выбросило из машины и протащило лицом по гравию метров шесть. Лицо было сплошное месиво, он просто погибал от боли.

Дон сказал: “Прежде чем вводить обезболивающее, я должен обмыть тебе лицо. Ты о скрипках что-нибудь слышал?” Пациент в ответ: “У меня все болит. Мне не до скрипок”.

Дон говорит: “Скрипка делается так. Едешь в машине, а сам поглядываешь вокруг, не видать ли старого погибшего дерева, или пня, или брошенного бревна. Рассмотрю дерево как следует, потом бери наждачную бумагу и фуганок. Обрабатываешь, потом пропитываешь и можно делать скрипки и виолончели”. Дон дошел до самых тонкостей.

Пациент все твердит: “Не надо мне про скрипки. Почему вы не занимаетесь моим лицом?” А Дон знай себе толкует о скрипках, о том, как он получил первый приз на конкурсе скрипачей — исполнителей народной музыки; в каких конкурсах участвовал и какие награды получил. Рассказал о разных породах деревьев, о структуре древесины и как в ней распределяется напряжение.

“Когда вы займетесь моим лицом?” — взмолился пациент. Дон отвечает: “Сначала надо его вымыть и вытащить кусочки гравия. А ты вот этот мотивчик знаешь?” Пациент прямо отупел от него, и боль отупела. Наконец, Дон спрашивает хирургическую сестру: “Ну, как тебе нравится моя работа?” “Так вы мне уже все зашили?” — спросил пациент.

Сид: Боль отупела. Гениально.

Эриксон: Дон сказал, что пациент ужасно удивился и спросил: “Чем я могу вас отблагодарить?” Дон ответил: “Можешь меня запомнить”.

Сид: Что?

Эриксон: “Можешь меня запомнить”.

Позднее мой друг получил отличный чурбан, из которого вышло несколько виолончелей и скрипок. Казалось бы, несет человек ахинею, а оказывается, загоняет боль у пациента, отвлекает его. Дону в этом деле равных нет. (*К группе.*) Сколько сейчас времени, пожалуйста?

Сид: 4.22.

Эриксон: Как тебе не стыдно! Я из-за тебя переработал. Я говорю все менее отчетливо. Но, как вы знаете, магнитофоны не обращают на это внимания. В записи моя речь звучит очень хорошо. Дефекты речи магнитофоны не записывают, поэтому у меня в записи хороший голос.

Сид: Отличный.

Женщина: Спасибо вам.

Зигфрид: Завтра занятия не будет. Завтра суббота.

Эриксон: Отдых для меня. Через два дня оклемаюсь. (*Общий смех.*) Ну как, Сидней?

Сид: Да?

Эриксон: Когда мы наблюдали за группой, надеюсь, ты был внимателен. Когда наблюдаешь за группой во время лекции, то замечаешь проявления бессознательной речи.

Сид: О, да. Я заметил много случаев. Кстати, и в себе самом. Ты имеешь в виду действительно бессознательную речь или просто движения?

Эриксон: Бессознательную речь и движения.

Сид: Да. Я скорее ощутил движения.

Эриксон: Кстати, как много трусих среди девушек.

Сид: Трусих? В каком смысле?

Эриксон: Когда наблюдаешь за студентами, замечаешь определенные выражения лиц. Мой долгий опыт позволяет мне расшифровывать эти выражения. Как правило, у девушек не хватает смелости, чтобы передать это выражение словами или поступком.

Сид: Хм-м-м.

Эриксон (Обращается к одной из женщин): Я прочитал ваше лицо.

Женщина: Неужели? (*Смех.*)

Все благодарят доктора Эриксона, просят оставить автограф в книге и уходят.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Комментарий к индукции с Салли и Розой

Это приложение является записью нашего с Эриксоном обсуждения индукции, которую он провел во вторник с Салли и Розой. Мы просматривали сеанс в видеозаписи и часто останавливали запись, чтобы обсудить отдельные аспекты работы Эриксона.

Обсуждение заняло два дня: 30 января и 3 февраля 1980 года. Сам сеанс состоялся шестью месяцами раньше.

Для тех, кто интересуется гипнозом, это обсуждение послужит полезным упражнением при анализе остальных приведенных в книге индукций и поможет определить индукционную методику Эриксона. Читатель также может сравнить свои заключения с теми, что определены в ходе обсуждения, приведенного в этом приложении. Как я уже говорил во вступительной части, внимательный наблюдатель может уловить больше половины тех тонких приемов, к которым прибегал Эриксон в работе с Салли и Розой.

Зейг: Вторник, второй день с начала работы семинара, в первый день Салли не присутствовала. Занятия идут уже 15 минут, когда она входит в гостиную со стороны кабинета. Ты рассказываешь о случае энуреза, когда больная подарила тебе сделанного из ниток пурпурного осьминога. Салли входит в опоздании, и ты тут же используешь ее в качестве объекта для индукции. Индукция прошла прекрасно. Великолепный пример.

Эриксон: *Что вы там прячетесь?* (Э. поворачивается и обращается к Салли.)

Салли: *Я боялась вас прерывать. Нет ли свободного местечка?*

Эриксон: *Я могу прерваться и продолжить в любом месте, так что входите и садитесь.*

Салли: *Там есть где сесть?*

Эриксон: *Подвинь-ка вон тот стул.* (Говорит Розе, которая сидит в зеленом кресле.) *А сюда можно поставить еще один.* (Указывает рядом с собой по левую сторону.) *Подайте ей стул.* (Один из мужчин устанавливает складной стул слева от Э. Салли садится рядом с Э. и кладет ногу на ногу.)

Эриксон: *Не стоит сидеть нога на ногу.*

Салли: (Выпрямляет ноги и смеется.) *Подозревала, что вы так отреагируете.*

Эриксон: *Есть такая считалка: “Диллар, доллар, в десять школа”. Наши иностранные друзья могут ее не знать, но вы-то знаете, верно?*

Салли: *Нет.*

Эриксон: А ты понял значение слов “Диллар, доллар”?

Зейг: О, да. Просто здорово. “Диллар, доллар, в десять школа. Нету дыма без огня: опоздал ты на полдня”.

Эриксон: Угу. Это воскрешает детские воспоминания.

Зейг: Восхитительный прием. Ты сразу решил, что проведешь с ней индукцию.

Эриксон: Угу.

Зейг: Ты решил наказать ее за опоздание?

Эриксон: Нет, я просто вызвал у нее чувство смущения.

Зейг: Так.

Эриксон: А когда она села рядом со мной, вернул ее к счастливым детским воспоминаниям.

Зейг: Да, ты усадил ее рядом.

Эриксон: Угу, ведь каждый школьник всегда хочет сесть поближе к учителю, разве не так? (*Э. смеется.*)

Зейг: В ее характере обращают на себя внимание четыре черты, и ты великолепно использовал все. Во-первых, у нее масса противоречий. Например, она не любит, чтобы ее замечали и в то же время опаздывает и тем самым привлекает общее внимание. Вторая черта: она, скорее, принадлежит к тем, кто любит верховодить. Третья черта: она считает себя очень точной и непогрешимой. Поэтому она уклончива в своих ответах. Это проявляется очень своеобразно. Ты это сразу заметил. И четвертая черта: она упряма. Войдя, она намеревается укрыться в конце комнаты за спинами, но ты заставляешь ее сесть впереди. Затем она закидывает ногу на ногу, а ты говоришь: “Не стоит сидеть нога на ногу”. Она смеется и распрямляет ноги со словами: “Подозревала, что вы так отреагируете”. Вот еще одно проявление ее противоречивости, она не хочет, чтобы ею “командовали” на словах, но ее тело и все поведение указывают на склонность к взаимопониманию.

Эриксон: Она ответила: “Подозревала, что вы так отреагируете”. Это идет изнутри.

Зейг: Не совсем понял.

Эриксон: Она распрямляет ноги. Это ее внешняя реакция. Но когда она комментирует свое действие, это внутренняя реакция. Комментарий на внутренний рисунок поведения.

Зейг: Значит, она уже внутренне ориентирована и комментирует свое внутреннее поведение. Понятно.

Эриксон: Она выразила свое личное ожидание.

Зейг: (*Смеется.*) Что ты пройдешься насчет ее скрещенных ног?

Эриксон: Угу.

Эриксон: (*Недоверчиво.*) *Как, вы никогда не распевали: “Диллар, доллар, в десять школа?”*

Салли: *Я и продолжения не знаю.*

Эриксон: *Честно говоря, я тоже не знаю.*

(Салли смеется.)

Зейг: Но это неправда. Ты знал продолжение.

Эриксон: Угу.

Зейг: Ты хотел, чтобы твой намек на ее опоздание был воспринят бессознательно?

Эриксон: Я с ней быстро согласился.

Зейг: И тем самым установил с ней некую общность?

Эриксон: Угу.

Эриксон: *Вам удобно?*

Салли: *Не совсем. Я пришла уже к середине занятий и мне... я как-то...*

Эриксон: *Вы у меня раньше не бывали?*

Салли: *М-м-м... Да, я вас однажды видела прошлым летом. Я была с группой.*

Эриксон: *А в трансе были?*

Салли: *Предполагаю, что да. (Кивает головой.)*

Эриксон: *Вы не помните?*

Салли: *Предполагаю, да. (Кивает головой.)*

Эриксон: *Только предположение?*

Салли: *Угу.*

Эриксон: *Предположение не есть действительность.*

Салли: *Почти то же самое.*

Эриксон (скептически): *Предположение — это действительность?*

Салли: *Иногда.*

Эриксон: *Иногда. Так ваше предположение, что вы были в трансе, — действительность или предположение? (Салли смеется и слегка откашливается. Она, похоже, смущена и ей неловко.)*

Эриксон: В ней идет внутренняя борьба.

Зейг: Да. Ты ее спросил, приходилось ли ей раньше бывать в трансе. На словесном уровне она отвечает: “Предполагаю, что да”, а на несловесном, кивает головой, выражая согласие.

Эриксон: Это внутренняя реакция. Я приведу тебе один выразительный пример.

Когда я работал в психиатрическом отделении, мне сказали, что поступили двое больных с нарушениями психики. Сам я еще к ним не заходил. Поэтому, когда пришли мои студенты-практиканты, я предложил им вместе со мной пройти в палаты, где разместили больных. На мне был белый халат, а трость, которой я пользовался при ходьбе, я держал так, чтобы она не бросалась в глаза. Приоткрыв дверь, я заглянул в первую палату. Пациент поднял голову, посмотрел на меня и произнес: “На вас белый халат. Белый дом находится в Вашингтоне. Мехико — столица Мексики”. И ты это знаешь, и я это знаю, это известно каждому встречному-поперечному. Это была внешняя реакция.

А другая пациентка произнесла: “Вы в белом халате. Криппл* Крик находится в Колорадо”. (Мою трость она не видела.) “Вчера я видела на дороге змею”. А это уже внутренняя реакция. Мне пришлось потрудиться два дня, чтобы понять, в чем дело. Вместе с братом пациентки мы сходили на то место, где остался след змеи на дороге. Брат показал мне его.

Перед самой болезнью пациентка читала книгу об истории местечка Криппл Крик в Колорадо. Я достал книгу и стал ее читать. Речь шла о шахтерском поселке. В книге подчеркивалось, что сколько шахтеры ни трудились, им не удавалось скопить приличных денег, потому что они все спускали в игорном заведении. Зато китайцы, владельцы прачечных, работали до изнеможения, но сколачивали состояния.

В тот день, когда я заглянул к больной, халат я носил уже второй день. Вот откуда проблема стирки. Это внутренняя реакция.

* Помимо значения “калека”, в данном сочетании это слово обозначает “порожистый” ручей. — *Прим. переводчика.*

И все-таки, что же означал след змеи на дороге? Стал читать книгу дальше и выяснил, что дорога к поселку извивалась, как след змеи. Все это идет изнутри.

Работая с пациентами, я все время использую и внутреннее, и внешнее.

Зейг: Ты хочешь сказать, что фокусируешь их попеременно то на внешнем, то на внутреннем?

Эриксон: Не обязательно попеременно. Время от времени я меняю последовательность.

Зейг: А это нарушает модель их сознания?

Эриксон: Да. И начинает формироваться новая модель.

Зейг: Давай-ка снова вернемся к началу. Ты спрашиваешь, была ли она раньше в транс. Задав этот вопрос, ты побуждаешь ее к внутренней ассоциации. Она вспоминает тот раз, когда она уже здесь была, и отвечает: “Предполагаю, да” — и кивает головой. Тут ты ее поддавливаешь на уклончивости ответа. На словесном уровне она отвечает: “Предполагаю, да” — и снова кивает головой. А далее ты обыгрываешь слова “предположение” и “действительность”.

Она не хочет связывать себя на словесном уровне, не позволяет учить себя. Словесно она не разрешает одержать над собой верх. Но она более податлива на несловесном уровне.

Эриксон: О, да. Смотри. (*Э. берет со стола подставку для графина с водой и держит мгновение у груди, затем кладет ее на край стола.*) Полагаю, ты скажешь, что я поставил ее на место.

Зейг: Полагаю, что это так. (*Смеется.*)

Эриксон: Видишь, я не связываю себя конкретным утверждением, но я связал себя действием.

Зейг: Да.

Эриксон: То же самое сделала и она.

Зейг: Да. Затем она вынуждена внутренне связать значение слов “предположение” и “действительность”.

Эриксон: Она избегает прямого ответа, давая собеседнику понять, что для нее это равнозначные слова.

Зейг: Да. Ты заметил, как она последовательна в своей уклончивости?

Эриксон: Угу.

Салли: *Разве это важно?* (Студенты смеются.)

Эриксон: *Это другой вопрос. А я спросил: ваше предположение — это предположение или действительность?*

Салли: *Скорее всего, и то и другое.*

Эриксон: *Но ведь предположение может быть как реальным, так и нереальным, стало быть, в вашем предположении соединены и реальное и нереальное?*

Салли: *Нет. У меня соединены предположение и реальность.* (Упрямо потряхнув головой, С. замирает.)

Эриксон: *Вы хотите сказать, что ваше предположение может быть реальностью, а может — нет? И в то же время оно реально? Так какое же оно?* (Салли смеется.)

Салли: *Теперь я уже не знаю.*

Эриксон: *Стоило ли так долго упираться, чтобы признаться в этом?* (Салли смеется.)

Зейг: Вот ее первое определенное утверждение. После этого ты слегка ослабил напряжение.

Салли: Она склонила голову.

Зейг: Да, она склонила голову. Ты использовал конфузионный прием, чтобы усугубить ее неловкое положение.

Эриксон: Ей надо было как-то выйти из этого положения.

Зейг: Определенный ответ был единственным выходом из предложенной тобой ситуации. Своим ответом она вынуждена была связать себя на словесном уровне.

Эриксон: Причем, проявив покорность.

Зейг: Стало быть, проиграв.

Зейг: Угу.

Салли: Сама не понимаю.

Эриксон: Вам удобно?

Салли: О, да, я вполне освоилась. *(Говорит тихо.)* Надеюсь, своим вторжением я не очень помешала присутствующим.

Эриксон: Может, вы стесняетесь?

Салли: М-м-м... Мне было бы уютнее сидеть где-нибудь подальше, но...

Эриксон: Чтобы вас не было видно?

Салли: Не было видно? Да, пожалуй.

Зейг: Вот она говорит: "Надеюсь, я не очень помешала своим вторжением". Она второй раз выражает надежду, что не помешала своим опозданием. А между прочим, на следующий день, в среду, она опять опоздала. Очень упрямая.

Эриксон: Она оправдывается.

Зейг: Да, понимаю. Опоздав во второй раз, она оправдывается за первое опоздание.

Эриксон: Угу.

Зейг: И опять она выражает надежду, что никому не помешала тем, что прервала занятия. И продолжает упорно мешать людям своими опозданиями. Вот еще одно противоречие.

В ней проявляется еще ряд противоречий. Вот, пожалуйста: Салли говорит очень тихо, вроде бы не желая привлекать к себе внимания, а с другой стороны, все время опаздывает, привлекая общее внимание. Противоречие очевидно и в ее манере одеваться. На ней весьма смелый открытый топ, но сверху наброшен легкий блузон.

Есть еще одно противоречие, которое я отметил и хотел бы знать твое мнение о нем. Тебе не кажется, что в ней столкнулись взрослая девушка и маленькая девочка?

Эриксон: “Диллар, доллар” вернул ее в детство.

Зейг: Ты подтолкнул ее к внутренней ассоциации относительно необходимости взросления. Хорошо.

Эриксон: Где любят сидеть маленькие дети? В конце комнаты.

Зейг: В ней преобладают черты маленькой девочки.

Эриксон: Она сама их подчеркивает.

Эриксон: *Что же это за желание?*

Салли: *Быть неприметной.*

Эриксон: *Так, значит, вы не любите, когда на вас обращают внимание?*

Салли: *Ой, совсем вы меня запутали. (Смеется, видно, как она смущена. Она слегка откашливается, прикрывая рот левой рукой.) Это не так... не совсем... нет... хм...*

Эриксон: Что значит “неприметный”?

Зейг: То, что не замечаешь.

Эриксон: А еще что?

Зейг: Не знаю.

Эриксон: У меня на столе есть кое-что привлекающее глаз.

Зейг: Да, то, что выделяется среди других предметов.

Эриксон: Назови их.

Зейг: А, я обратил внимание на вырезанную из дерева птичку и на фигурку. (На столе стоит небольшая скульптура с лицом, похожим на Эриксона, в пурпурном одеянии.)

Эриксон: Вот абсолютно неприметный карандаш. Тоже лежит на виду. (*Указывает на один из нескольких лежащих на столе карандашей.*) Но он маленький.

Зейг: Быть маленьким значит быть неприметным.

Эриксон: Большая вещь всегда приметна. Когда Салли своим опозданием прервала занятия, после упоминания о “дилларе, долларе”, она сразу почувствовала себя маленькой. Это когда она во второй раз извинялась.

Зейг: Верно.

Эриксон: Вот мы опять вернулись к “диллару, доллару”, от которого она сразу стала школьницей, а значит, маленькой. На следующий день она является и сходу начинает играть роль “малышки”.

Эриксон: *Вам не нравится то, что я сейчас с вами делаю?*

Салли: *М-м-м... Нет. Скорее, у меня смешанное чувство. Я польщена вниманием и мне интересно то, что вы говорите.*

Эриксон (перебивая): *А сами думаете, когда же, черт побери, он от меня отвяжется. (Общий смех.)*

Салли: *Хм, смешанное чувство. (Подтверждает свои слова кивком головы.) Если бы я не прервала занятия, а мы просто беседовали с вами — это одно дело, а...*

Эриксон: Когда, разговаривая с маленьким ребенком, человек говорит “черт побери”, он подчеркивает, что он — взрослый, а ребенок — маленький.

Зейг: Понимаю, очень удачный ход. Ведь за этим вскорости следует формальная индукция, и ты вызываешь у Салли ассоциации, связанные с достигнутой регрессией. Ты строишь индукцию на ее представлении о себе как о маленькой девочке, еще только думающей о том, когда она станет взрослой. Поэтому все идет очень гладко.

Эриксон: *Вам, значит, неловко перед остальными?*

Салли: *Да, пожалуй, я...*

Эриксон: *Хм-м-м.*

Салли: *...У них занятия ... а я пришла и отняла столько времени.*

Зейг: Вот она в третий раз упоминает, что помешала. В твоём “Хм-м-м” прозвучал вызов, словно ты поставил под сомнение ее внимание к интересам других людей.

Эриксон: Угу.

Эриксон (уставившись перед собой в пол): *Давайте твердо запомним, что психотерапевт должен создать для своего пациента такую обстановку, чтобы ему было спокойно и удобно.*

Зейг: Здесь ты впервые отвлекся от нее, переведя свой взгляд на пол. Ты употребил слова “спокойно” и “удобно”, чтобы у нее возникла ассоциация с чувством покоя и удобства.

Эриксон: Угу. Причем это было произнесено неоспоримым тоном.

Зейг: Спорить с этим просто невозможно.

Эриксон: *Я не пожалел усилий, чтобы Салли почувствовала себя не в своей тарелке и смутилась, оказавшись в центре внимания, а это (обращаясь к группе) вряд ли служит установлению добрых, способствующих излечению отношений, не так ли? (Э. смотрит на С., берет кисть ее правой руки и медленно поднимает.) Закрой глаза. (Она смотрит на него, улыбается, затем смотрит вниз на свою руку и закрывает глаза.)*

Зейг: Ты переключился на другую тему, и она перестала быть центром внимания. Она отключилась, потому что ты с ней непосредственно больше не разговаривал. Это был поворот вовнутрь.

Эриксон: Покой и удобство.

Зейг: Да, ты произнес “спокойно и удобно”.

Эриксон: Итак, прежняя модель сознания была разрушена, за этим последовали покой и удобство, так как они направлены вовнутрь. Теперь я мог отделиться от нее. Но что же она собиралась делать с покоем и удобством? Пребывать в них и далее.

Эриксон: *Так и сиди с закрытыми глазами. (Э. отводит пальцы от ее правой руки, и она повисает в воздухе.) Входи в глубокий транс. (Э. снова берет ее за запястье. Рука слегка опустилась. Э. Медленно пригибает ее вниз. Он говорит неторопливым и размеренным голосом.)*

Зейг: Так, рука у нее осталась поднятой. Но, похоже, тебе показалось, что рука у нее опускается. Поэтому ты проявил власть и опустил ее руку, еще раз подчеркнув свой контроль над ситуацией.

Эриксон: Да. Но я опускал ее руку точно таким же движением, как и поднимал ее. (*Э. показывает, поднимая руку З.*) В движении моей руки неуверенность.

Зейг: Для того, чтобы она снова ушла в себя и сосредоточилась...

Эриксон: На внутренней стороне.

Эриксон: Тебе очень удобно и очень спокойно, и ты наслаждаешься чувством покоя... такого покоя, что забываешь обо, всем, кроме этого чудесного состояния покоя.

Эриксон: Забываешь обо всем, кроме покоя.

Зейг: Да, она вошла в комнату, и ты заставил ее чувствовать себя очень неудобно. Ты нагнетал напряженность. А потом начал подбрасывать мысли о покое. Чтобы затем, уже напрямую, вернуться к мысли о покое, сняв тем самым напряжение.

Здесь ты начинаешь делать еще одну вещь. Ты от нее отстраняешься в прямом, физическом смысле. И тут же, вскоре, очень близко наклоняешься к ней, так что ей должно быть немного не по себе. Смотри, как близко ты к ней склонился. Однако, благодаря гипнотическому внушению, тело ее спокойно, расслаблено. Ты ее чуть ли не касаешься, но, несмотря на это, она чувствует себя комфортно.

Эриксон: Это тоже внутренняя реакция.

Зейг: Когда ты приближаешься, вначале в ней чувствуется некоторая напряженность, но ее тело расслабляется, как только она входит в транс. Ты все это проделал, чтобы избавить ее от нормальной внутренней реакции на ощущение дискомфорта?

Эриксон: Нет. В этом месте, наклонившись к ней, я изменил интонацию голоса и тем самым переключил ее внимание на мой голос.

Зейг: Из-за ее внутренней реакции?

Эриксон: Да. Для того, чтобы, независимо от моей позы, она уходила все глубже и глубже в транс и все дальше и дальше от меня, в то же время оставаясь рядом со мною.

Зейг: Ты хочешь сказать, все дальше от тебя, чтобы избавиться от чувства дискомфорта, вызванного твоей близостью?

Эриксон: Нет. Чем глубже транс, тем она дальше от меня. От внешней реальности. Поэтому я склонился к ней как можно ближе, чтобы, уходя от реальности, она оставалась рядом со мной.

Зейг: Теперь понимаю. Я думал, что твои действия связаны с ее реакцией на ощущение дискомфорта, вызванного чрезмерной близостью другого человека. Твоя близость могла вызвать дискомфорт, но ты стал внушать ей ощущение покоя. Тем самым она осталась в непосредственной близости к другому человеку, но ее тело было спокойно и расслаблено.

Эриксон: Но я хотел, чтобы она отделилась от остальных.

Зейг: Понятно. Но чтобы она осталась рядом с тобой.

Эриксон: *Еще немного, и тебе покажется, что твой разум отделяется от тела и плывет в пространстве — возвращается в прошлое.* (Пауза.)

Эриксон: Я вывел ее из действительности и перенес назад во времени.

Зейг: Да.

Эриксон: *Это уже не 1979-й и даже не 78 год. Вот остается позади 1975-й.* (Эриксон близко наклоняется к Салли), *и 1970-й улетает прочь, время откатывается вспять.*

Эриксон: "Остается позади 1975-й".

Зейг: На этих словах ты сделал ударение и еще ближе придвинулся к ней.

Эриксон: Да.

Зейг: Еще раз закрепляя ее связь с тобой, независимо от того, где она находится во времени и пространстве.

Эриксон: Эта связь у нее ассоциируется с моим голосом.

Зейг: Сначала своей считалкой ты "имплантировал" в ней ощущение маленькой девочки. С помощью различных гипнотических коммуникационных приемов ты еще и еще раз укреплял в ней осознание себя маленькой девочкой.

Затем, на основании достигнутого, ты приступаешь к индукции. Ты медленно, но с постепенным нарастанием, оживляешь в ней маленькую девочку.

Эриксон: Вот сейчас будет 1960-й, а вот и 1955-й... и, наконец, ты узнаешь 1953 год... И ты понимаешь, что ты маленькая девочка.

Эриксон: Годы идут по убывающей: 1960-й, 1955-й, 1953-й. (Э. показывает, как с каждым названным годом его голова опускается все ниже.)

Зейг: Ты и сам словно отходишь назад с каждым названным годом.

Эриксон: Обрати внимание, звук голоса тоже словно переместился в пространстве.

Зейг: Это незначительное изменение в голосе вызывает у нее дополнительные ассоциации и реакции.

Эриксон: Где для человека естественно помещать будущее? Впереди за горизонтом жизни, в небесах.

Зейг: Понимаю. Тогда прошлое где-то внизу и позади.

Эриксон: Это общепринятое представление. Неосознанное представление. Вперед и вверх для будущего. Назад и вниз для прошлого.

Эриксон: Как хорошо быть маленькой.

Зейг: Вот что надо здесь добавить. Ты ей говоришь: “Ты понимаешь, что ты маленькая девочка. Как хорошо быть маленькой”. Она могла истолковать твои слова двояко. На внутреннем уровне она могла подумать: “Видимо, во мне проявилось что-то от маленькой девочки, что, в принципе, мне присуще в жизни?” Другая ассоциация с восприятием себя как маленькой девочки могла возникнуть в связи с внушаемой тобой последовательностью во времени, которая идет по убывающей.

Эриксон: Это я говорю о времени, а у нее нет времени, чтобы думать о вещах, вроде “Как я выгляжу в жизни?” Я веду ее во времени.

Эриксон: Возможно, ты думаешь о предстоящем дне рождения, или о том, как едешь в гости к бабушке... или идешь в школу.

Эриксон: “Идешь” — это очень сильное слово. Не столь важна цель, как чувство, ощущение ходьбы, именно оно делает цель реальной.

Зейг: И еще, ты начинаешь употреблять слово “возможно”. “Возможно, ты думаешь о предстоящем дне рождения”. Салли из тех, кто берет инициативу в свои руки, а ты ей предлагаешь такую возможность.

Эриксон: Она тут же перехватывает инициативу.

Зейг: Однако в рамках предложенного тобой гипнотического рисунка.

Эриксон: Да, в предложенных ей рамках. Но она не в состоянии проанализировать этот рисунок.

Зейг: Не позволяет быстрота событий.

Эриксон: *Может, как раз сейчас ты сидишь в классе и смотришь на учительницу.*

Эриксон: “Может, как раз сейчас ты сидишь в классе”. “Сейчас” — это настоящее, и я произношу слово нараспев. Растянутое настоящее. Произнесенное протяжно, слово “сейчас” дает время подумать о многом, но не дольше, чем длится слово “сейчас”.

Зейг: Значит, она возвращается в прошлое, а прошлое становится настоящим.

Эриксон: Да. Растянутым настоящим. Это длительное настоящее. Мы думаем о сегодняшнем дне как о настоящем, но оно длится весь день. Вам не приходит в голову думать о какой-то части текущего дня как о прошлом. Вот я и придаю “настоящему” характер длительности, произнося слово “сейчас” протяжно — “сей-ча-а-ас...”

Зейг: То есть, придавая ему протяженность во времени. Здесь есть один очень забавный момент. Когда я выступаю, представляя тебя и твои методы индукции, я всего лишь предупреждаю присутствующих, что даже самые внимательные и наблюдательные не смогут уловить около половины того, что будет перед ними происходить. И вот перед тобой сидит тот, кто не уловил почти всю вторую половину.

Эриксон: *А может, играешь в школьном дворе, а может, у тебя каникулы. (Э. откидывается на спинку кресла.) Ты хорошо проводишь время.*

Зейг: Сказано вполне определенно. “Ты хорошо проводишь время”.

Эриксон: Что означает “хорошо проводить время”?

Зейг: Она хорошо проводит время в прошлом, которое воспринимается ею как “сейчас”.

Эриксон: “Хорошо проводить время” не определяет время. Можно играть в подкидного дурака, прыгать через веревочку, качаться на качелях, в любом случае это будет хорошее времяпровождение “сей-ча-а-ас”.

Зейг: Выбирать занятие предстоит ей.

Эриксон: Да, но в пределах “сейчас”.

Зейг: То есть, в пределах гипноза.

Эриксон: Да, и школьных лет.

Эриксон: Порадуйся тому, что ты маленькая девочка, которой еще только предстоит стать взрослой. (Э. близко наклоняется к Салли.) Может, ты хочешь узнать, кем ты станешь, когда будешь взрослая. Вероятно, тебе захочется узнать, чем ты будешь заниматься, когда станешь девушкой. Мне интересно, захочется ли тебе учиться в высшей школе. Подумай и ты об этом.

Эриксон: “Когда ты станешь девушкой”. (Э. говорит оживленным голосом.)

Зейг: Ты дополнительно подчеркиваешь голосом, что она пока еще “внизу” и только заглядывает “вверх”, в будущее. Ты придаешь своему голосу мелодику, какой обычно пользуются, разговаривая с маленькими детьми. Таким образом, интонационно ты усиливаешь эффект внушения.

Эриксон: Да.

Зейг: Притом, ты устанавливаешь некое родство: “Мне интересно, захочется ли тебе учиться в высшей школе. Подумай и ты об этом”.

Эриксон: Мой голос повсюду будет следовать за тобой и превратится в голоса твоих родителей, учителей, подруг, в голоса ветра и дождя.

Зейг: Это блестящая находка! “Превратится в голоса твоих родителей, учителей, подруг, в голоса ветра и дождя”. Это так доверительно и охватывает все, включает многочисленные вероятности — и взрослеющих, и взрослых, Супер-Эго, подруг, Эго, всех, кто значим в жизни маленькой девочки. И, наконец, ветер и дождь, т.е. Ид, отождествление с первозданными эмоциями.

Эриксон: Весьма исчерпывающее толкование. Только вот чего ты обо мне не знаешь, Джефф. Мой отец был крайне беден. Я очень быстро научился читать, а моей книгой для чтения стал полный толковый словарь. Я мог читать его часами. Когда я учился в выпускном классе, мы все проходили тест на интеллектуальное развитие, так мой словарный запас потряс всех преподавателей.

Однажды в Монтане мне довелось оказаться в гостях у одного доктора. Заметив один предмет, я взял его в руки и стал с любопытством разглядывать. “Ты знаешь, что это такое?” — спросил хозяин. “Да, — ответил я, — бивень нарвала”. “Господи, откуда ты знаешь? — удивился доктор. — У меня эта вещь еще от деда, и до сих пор никто не смог угадать, что это такое”.

Рисунок нарвала и его бивня я видел в словаре. К концу третьего класса я от корки до корки прочел полный толковый словарь и приобрел невероятный запас слов и их подробных значений.

Зейг: Замечательно. Итак, в своем последнем обращении к ней ты упоминаешь, если прибегнуть к психоаналитической терминологии, функции Супер-Эго — родителей и учителей, Ид — ветер и дождь, причем соблюдая естественную последовательность. Ты движешься сверху вниз с определенной всеохватывающей целью. Но ты достиг даже большего эффекта, чем охват всех и вся. Мне приходилось слышать твою фразу относительно того, что твой голос может изменяться, но добавления насчет ветра и дождя я ни разу не слышал.

Эриксон: Я часто это говорю. Что тебе в детстве напоминал ветер?

Зейг: Даже не знаю. Свист.

Эриксон (медленно и размеренно стучит по столу.): Тут сразу понятно, что это стук по столу. Ветер тоже издает звук, но откуда он, не видно. Удивительная вещь — звук ветра.

Зейг: Он здесь и в то же время его как бы нет здесь.

Эриксон: Он здесь, но он прилетает из “ниоткуда”, но он здесь.

Зейг: Значит, у нее могла возникнуть подобная ассоциация в отношении твоего голоса.

Эриксон: Да. А капли дождя. Слышно, как они падают на листья дерева, под которым ты стоишь. Звук дождя исходит от кроны дерева, от крыши, отовсюду. И ты умеешь определять разницу в звуке капель, потому что в детстве все это ужасно занимательно.

Зейг: Приходит ниоткуда и заполняет все вокруг.

Эриксон: Период детства — это постоянное изумление. Понаблюдай, как двух-летний малыш прислушивается к ветру — у него на мордашке неопишное изумление. В его представлении звук может исходить только от предмета. А тут звук есть, а предмета нет.

Зейг: Ты не можешь поподробнее остановиться на последовательности от родителей, учителей, подруг, вплоть до ветра и дождя?

Эриксон: Это делается с целью предельного охвата, с опорой на эмоциональные ассоциации с родителями, учителями. Все это связано с последовательным движением все дальше вниз.

Зейг: К более примитивным или первичным эмоциям.

Эриксон: Да, и это первичное чувство проявится в объекте гипноза.

Зейг: Хорошо. Ты прервал цепочку предлагаемых вероятностей типа “Возможно, сейчас каникулы”. Пусть она сама выбирает любую из внутренних ассоциаций, присущих маленькой девочке. Ты меняешь тему и внушаешь, что твой голос будет следовать за ней повсюду. Далее ты намерен вернуться к характерным для маленькой девочки ассоциациям, чтобы она могла сделать свой выбор. Поэтому так выразительно звучит фраза: “Мой голос повсюду будет следовать за тобой”.

Эриксон: Угу.

Эриксон: *Возможно, ты собираешь цветы в саду. А когда ты станешь совсем взрослой девушкой, много людей повстречается на твоём пути и ты с радостью будешь рассказывать им о той поре, когда ты была маленькой девочкой. И чем тебе удобнее и приятнее, тем сильнее будет у тебя ощущение того, что ты маленькая девочка, потому что ты и есть маленькая девочка.*

Эриксон: Повторяя “ты маленькая девочка”, я с каждым разом все ниже опускаю голову.

Зейг: Ты снова усиливаешь внушение, смещая звук голоса.

Эриксон (оживленным голосом): “Много людей повстречаются на твоём пути”.

Зейг: Когда вырастешь. Таким образом, ты внушаешь...

Эриксон: Что ей предстоит стать взрослой и тогда она встретит много людей.

Зейг: И ты это внушаешь, меня модуляцию голоса. Помимо этого, произнося “А когда...”, ты выпрямляешься в кресле, а это ассоциируется с сознательным бодрствующим состоянием, и ты снова интонационно усиливаешь внушение.

Эриксон: Угу.

Эриксон: Не знаю, где ты живешь, но, кажется, ты любишь бегать босиком. Ты любишь сидеть на краю бассейна и болтать ногами в воде, жалея, что не умеешь плавать. (Салли слегка улыбается.) Хочешь свою любимую конфетку? (Салли улыбается и утвердительно кивает.) Вот, возьми, ты чувствуешь сейчас ее вкус во рту, и она тебе нравится. (Э. дотрагивается до ее руки, как будто дает что-то. Длинная пауза. Э. сидит, откинувшись на спинку кресла.)

Зейг: Просто замечательно. Ты делаешь несколько предложений на выбор. “Кажется, ты любишь бегать босиком. Ты любишь сидеть на краю бассейна... жалея, что не умеешь плавать”. А затем следует это предложение: “Хочешь свою любимую конфетку?”

Что обычно внушают маленьким девочкам в связи с конфеткой? Что у незнакомых людей конфеты брать нельзя. А ты спрашиваешь, не хочет ли она конфетку, и она отвечает: “Да”. Значит, она больше не считает тебя незнакомцем.

Э. Угу.

Зейг: Предлагая ей конфету, ты именно этот подтекст имел в виду?

Эриксон: Да. Тут вот еще что. Малыши любят конфеты. Я должен был убедить в устойчивости гипнотического перемещения в детство. Болтать ногами в бассейне или бегать босиком — это разрешается. Этими двумя возможностями я подвел ее к тому, что вкусно, но не разрешается. Таким образом, я предупредил ответ.

Зейг: Значит, ты снова выстроил мысленную цепочку с установкой на “да”. Сначала предлагается одна дозволенная мысль, затем другая дозволенная мысль, и вот девочка готова принять как дозволенную и третью мысль. Великолепный ход.

Теперь относительно доверия. Как ты устанавливаешь доверительные отношения в трансе? Ты даешь ей конфету, она ее берет. Ее решение взять конфету одновременно решает и вопрос о доверии.

Эриксон: Угу. А Фрейд утверждал, что нужно три месяца, чтобы добиться перемещения во времени.

Зейг: Великолепный ход. А затем ты интонационно подчеркиваешь, что она чувствует вкус конфеты во рту.

Эриксон: Вот еще что — болтать ногами в воде можно в любом возрасте. Гуляние босиком указывает на определенный возраст. Но все это из детства. Болтать ногами может и взрослый, поэтому она переводит болтание ногами на язык взрослого человека. Далее она переводит на свой язык гуляние босиком как привилегию детства и в силу этого туда же внутренне относит и болтание ногами. Далее следует конфета...

Зейг: В результате чего она все больше погружается вовнутрь и в детство.

Эриксон: Угу. Не всегда ясно, где ты в данный момент находишься во временном отношении. Но я знаю правила игры и многозначность слов. Тебе, я думаю, было интересно узнать, что будущее — это “вперед и вверх”, а прошлое — “позади”. А ведь ты это давным-давно знал, верно?

Эриксон: *Придет время, ты вырастешь и будешь рассказывать своим новым знакомым, какая у тебя в детстве была самая любимая конфета.*

Эриксон: Вот ты взял фотографию, на которой Рокси (дочь Эриксона), я с Лорел на руках (новорожденная дочь Рокси, прозванная “Совенком” за свой громкий крик) и еще фигурка совы. (*Э. держит в руке подаренную Лорел сову, вырезанную из железного дерева.*) Представляешь, насколько оживет этот снимок для Лорел, когда она взглянет на него, а меня уже давно не будет на свете? Эта сова наполнит снимок огромным содержанием — человечностью, добротой, глубокой задумчивостью, всколыхнет многое в душе. А все так просто. Сова маленькая, а она уже большая (если взять в сравнении). Сова внизу, а она вверх. (*Э. указывает на снимок, где он прижимает к себе Лорел левой рукой, а в пальцах этой же руки, пониже девочки, видна деревянная сова.*)

Сейчас, когда ей шестнадцать, посмотрев на снимок, она обратит внимание на то, какая сова маленькая по сравнению с большим младенцем. Невидимая связь установится между ее теперешним ощущением “большой” школьницы и теплыми воспоминаниями о себе, когда она была совсем маленькая, и об этой

маленькой сове. Видишь, как незаметно увязываются между собой все эти воспоминания?

Зейг: Это очень трогательная символика. Итак, когда Салли вспомнит о конфете...

Эриксон: Все это останется у нее в памяти. Когда бы она меня ни встретила, она всегда вспомнит об этой конфете и обо мне.

Зейг: А все как следствие того, что тебе удалось установить чувство доверия, спокойствия. Ты перестал быть незнакомцем для нее.

Эриксон: Это долговременная связь. Эта фотография связала надолго... фигурку совы и Лорел.

3. Ты очень добр и к Салли, видно, как ты о ней заботишься.

Эриксон: А знаешь, какая реакция была у жены Ланса (сына Эриксона)? Когда они обручились, она попросила у Ланса его фотографию на память. Ланс подарил ей снимок, где я снял его лежащим голышом на ковре.

Зейг: Младенцем?

Эриксон: Малышом. И ее любовь словно началась с этого малыша и охватила Ланса на все последующее время.

Зейг: Вот еще один интересный символический прием, который ты использовал в работе с Салли.

Эриксон: Тебе придется многому учиться и многое узнать. Вот прямо сейчас я покажу тебе одну вещь. (*Э. поднимает ее левую руку.*) Я ее подниму и положу тебе на плечо. (*Э. медленно поднимает ее руку за запястье и кладет ей на правое предплечье.*) Я хочу, чтобы твою руку парализовало, теперь ты не можешь ею двигать. Пока я не скажу, что ты можешь ею двигать, твоя рука будет неподвижна. Даже когда ты станешь девушкой, даже когда станешь совсем взрослой. Ты не сможешь пошевелить левой рукой и предплечьем, пока я не разрешу тебе это сделать.

Эриксон: Что я здесь делаю?

Зейг: У меня выстраивается следующая ассоциация. Ты положил ей руку на плечо не сверху, где она как бы придавливала Салли, а на предплечье. Это бо-

лее удобная, успокаивающая поза. Она обхватила себя. Через мгновение, когда ты пробудишь ее от шеи и выше, она так и останется в этом положении.

Эриксон: Я парализовал ее тело. В ее словаре паралич — плохое слово. Таким оно и останется, пока я не скажу иначе. Я могу устранить все плохое. На то я и доктор.

Зейг: Итак, символика уходит на уровень глубже. Сначала вызвано ощущение дискомфорта. Далее возникает ассоциация, вызванная дискомфортом, — негативное отношение к состоянию паралича, но это чувство будет тобой устранено. Мне понятно.

Эриксон: Я уже снимаю отдельные отрицательные моменты.

Зейг: И если ты устраняешь один отрицательный момент...

Эриксон: Если, печатая на машинке, я нажимаю на одну клавишу, то нажму и на другую.

Зейг: Между прочим, слово “парализовать”, скорее, из словаря взрослого человека. Ребенок такого не знает.

Эриксон: Нет. Я сегодня слушал одного выступавшего по телевидению и сразу отметил: “У него мичиганский акцент”. Мы ведь никогда не изучали акценты, однако отличаем их один от другого. Сначала неосознанно чувствуем разницу в произношении, затем учимся различать и, наконец, узнавать. Это познание распространяется, как паралич. Сначала Мичиган, потом Висконсин, Нью-Йорк. В чем суть знания акцентов?

Зейг: Знание акцентов распространяется так же, как и паралич Салли.

Эриксон (перебивая): А ты заметил, как значительно улучшилась твоя способность различать акценты после того, как ты побывал за границей?

Зейг: О, да. Очень интересно слушать немецкий акцент.

Эриксон: Да, именно слушать. И осознавать, что ты его слышишь.

Зейг: Да.

Эриксон: Обычно даже сам не замечаешь, когда начинаешь...

Зейг: Прислушиваться к акцентам. Ладно. Итак, когда ты поднял руку Салли и ее парализовало, паралич распространился на все тело.

Эриксон: Да. А нам всем хочется, чтобы наше тело было в порядке и надежно нам служило. Надежность во всем, включая все тело. Паралич — это плохо, это ощущение можно отключить.

Зейг: Но чувство удобства останется.

Эриксон: Для начала я хочу, чтобы ты проснулась от шеи и выше, но твоё тело будет все глубже погружаться в сон... Ты проснешься от шеи и выше.

Эриксон: От шеи и выше. (Э. поднимает голову.)

Зейг: Ты выделил голосом слово “выше”, тем самым усилив словесное внушение интонационным.

Эриксон: Это трудно, но ты сможешь. (Пауза.) Как приятно чувствовать, что твоё тело крепко спит, твоя рука парализована. Как хорошо проснуться от шеи и выше. Сколько же тебе лет? (Пауза. Салли улыбается.) Сколько тебе лет?.. Сколько тебе лет? (Э. близко склоняется к Салли.)

Салли (тихо): *Хм... Тридцать четыре.*

Эриксон (кивает): *Очень хорошо.* (Э. откидывается на спинку кресла.) *Тебе тридцать пять, а почему ты сидишь с закрытыми глазами?*

Эриксон: Она не хотела говорить “тридцать пять”. Вот почему она улыбалась. Она постепенно возвратилась к своей уклончивой манере.

Зейг: Она замешкалась с ответом и вернулась к своей уклончивой манере. Проснувшись от шеи и выше, она намеревалась стать самой собой, т.е. взрослой.

Эриксон: Угу.

Зейг: Затем она заколебалась и ответила “тридцать четыре”. Но ты опять возвращаешься к этому моменту и говоришь “тридцать пять”. В чем тут дело?

Эриксон: Она постепенно возвращается к своему нежеланию давать четкие ответы.

Зейг: Из-за того, что ты вынудил ее точно назвать “тридцать четыре”?

Эриксон: Видимо, я не расслышал. В этом не было никакой особой цели.

Зейг: Позднее ты опять упоминаешь ее возраст, словно давая ей возможность поправить тебя. Она говорила очень тихо, вполне вероятно, что ты просто не расслышал ее. У нее была возможность поправить тебя, когда ты снова упомянул ее возраст, но для этого следовало сделать четкое заявление. Даже если ты и не расслышал ее, все равно получилось интересно.

Эриксон: Надо обращать себе на пользу и ошибки. Ты, должно быть, заметил еще одну вещь... Я очень медленно говорил.

Зейг: Да, ты говорил очень медленно, совсем не так, как ты обычно рассказываешь свои истории. Когда ты проводишь индукцию, у тебя гораздо более размеренный голос.

Эриксон: Потому что в трансе человек все делает автоматически и очень быстро — слишком быстро, чтобы выразить словами.

Зейг: То есть, чтобы сформулировать для себя возникающие у него в голове ассоциации или высказать их вслух?

Эриксон: Процесс мышления намного опережает наш язык. Поэтому мы полагаемся на бессознательное, которое работает с молниеносной скоростью. С помощью замедленной речи индуктор может осторожно изменить протяженность времени. Нам ведь с детства твердят: "Смотри на меня, когда со мной разговариваешь. Смотри на меня, когда я с тобой говорю. Отвечай немедленно, когда тебя спрашивают". Вас не устраивает только последняя часть ответа, вы хотите слышать весь ответ. Но если велено отвечать немедленно, ребенок выпалит только конец своего ответа. Поэтому вам первым делом надо добиться некой эластичности времени. Тогда гипнотизируемый заговорит с тобой полно, свободно. Салли проделала огромную мыслительную работу, когда я спросил ее о возрасте.

Зейг: Да.

Эриксон: А все из-за того, что ей надо было как-то обойти привычную уклончивую модель поведения.

Зейг: Необходимость дать четкий ответ вызывала у нее сопротивление на бессознательном уровне?

Эриксон: Нет. В обычном, бодрствующем состоянии ей присущи быстрота и уклончивость в ответах. Но она замешкалась, когда я спросил ее о возрасте.

Зейг: Да, так.

Эриксон: Она задержалась с ответом, но зато он был конкретным. Поскольку ее голова была в бодрствующем состоянии, ей потребовалось время, чтобы переключиться с одной поведенческой модели на другую.

Зейг: Значит, чтобы человек мог справиться со своей уклончивостью, надо дать ему время.

Эриксон: Дать время.

Салли: Мне приятно.

Эриксон: Так, я думаю, глаза у тебя сейчас откроются. (Салли улыбается, но не открывает глаза. Пауза.)

Эриксон: Я даю ей богатейшую возможность посомневаться.

Эриксон: Они открылись, правда? (Салли слегка кашлянула, прочищая горло.)

Эриксон: Видишь, она начинает понимать, что ее глаза откроются, раз я сказал, что они откроются. Она постепенно осознает, что у нее откроются глаза, и начинает моргать. Таким образом, она признает непререкаемую правоту моих слов.

Зейг: Она должна подвергнуть их мысленной обработке и сомнению.

Эриксон: Нет. Она должна переработать их в новую модель поведения, отличную от ее обычного сознательного поведения. Это поведенческая реакция. Если бы она не была в трансе, то ответила бы в своей уклончивой манере: “Да, откроются — нет, пожалуй, нет”. А так она мягко, без внутреннего конфликта подошла к своему “да”.

Эриксон: Глаза откроются и останутся открытыми. (Салли улыбается, облизывает губы, открывает глаза и моргает.)

Эриксон: Видишь здесь борьбу?

Зейг: Да, вижу.

Эриксон: Она начинает с улыбки. Этот прием она использует не первый раз.

Зейг: Прежде чем открыто проявить сопротивление.

Эриксон: Да. Перед тем как открыть глаза, она неоднократно улыбалась. Глаза она открыла тоже с улыбкой. А до этого ее улыбка означала, что глаза у нее откроются.

Зейг: Я совсем запутался. Ее улыбка указывала на то, что ее глаза вот-вот откроются?

Эриксон: К ожиданию она добавила улыбку.

Зейг: Приятное ощущение.

Эриксон: Приятное ощущение перед тем, как откроются глаза. Если перевести это на язык медицины, пациенту приятно, когда он видит идущего к нему с таблетками доктора. Пациенту приятно, когда к нему подходит доктор или медсестра со шприцем в руках.

Зейг: Это означает, что его собираются лечить.

Эриксон: Угу. И я заставил ее показать своим выражением лица, что она собирается открыть глаза. Я отвечал за движение ее глаз, а она добавила приятное ощущение к моей работе.

Зейг: Свою улыбку.

Эриксон: Угу.

Зейг: Но и открыв глаза, она сохранила улыбку на лице.

Эриксон: Значит, для нее было удовольствием, а не обязанностью, открыть глаза в ответ на мое внушение.

Зейг: Поскольку это не обязанность, следует ожидать большей покладистости.

Эриксон: Совершенно верно. Душа не лежит к тому, что человек должен делать по обязанности.

Зейг: Особенно у Салли, с ее уклончивостью.

Эриксон: Угу.

Эриксон: Я оказался прав. (Салли напряженно смотрит перед собой.) Где ты находишься?

Салли: Полагаю, что здесь.

Эриксон: Ты здесь?

Салли: Да.

Эриксон: А ты можешь что-нибудь вспомнить из своего детства?
(Э. наклоняется к Салли.) Что можно было бы рассказать другим.

Салли: М-м-м, ну...

Эриксон: Громче.

Салли (прочистает горло): Я... это... припоминаю... ну... дерево и двор, и это... как его...

Эриксон: А ты лазила на эти деревья?

Салли (тихо): Нет, это низкие растения. Еще ... переулок.

Эриксон: Где?

Салли: Переулок между домами. И все дети играли на задворках. Играли, как это...

Эриксон: Кто эти дети?

Салли: Их имена? Вы имеете в виду их имена?

Эриксон: Да.

Салли: О, так, хм... (Салли продолжает напряженно смотреть то направо, то на Э. Он близко наклоняется к ней. Рука у нее все так же лежит на плече, визуального контакта с присутствующими нет.) Пожалуй, я помню Марию, и Эйлин, и Дэвида, и Джузеппе.

Эриксон: Бекки?

Салли (повторяет громче.): Джузеппе.

Эриксон: А когда ты была совсем маленькая, кем ты мечтала стать, когда вырастешь?

Салли: Я думала, хм, астрономом или писателем. (На ее лице появляется гримаса.)

Эриксон: *Как ты думаешь, из этого что-нибудь получится?*

Салли: *Думаю, что-то одно получится. (Пауза.)*

Эриксон: *Что ты скажешь насчет поведения вон того парня? (Указывает на одного из участников семинара.)*

Зейг: *Который смотрит, подавшись вперед?*

Эриксон: *Смотрит, подавшись вперед.*

Зейг: *А, он лучше слышит левым ухом. (Голова молодого человека повернута левым ухом в сторону Э.)*

Эриксон: *А я ведь ему сказал: "Ты одним ухом слышишь лучше, чем другим". Сам-то он об этом знал, но удивился, как я об этом догадался.*

Вот и Салли. Пытается разобраться в своих бессознательных воспоминаниях девочки из переулка. По ней видно, сколько времени надо, чтобы переключиться с сознательного на бессознательное. Видишь, как она медлит с ответом. Нужно время, чтобы перебраться из "сейчас" в далекое прошлое. Ведь чтобы из далекого прошлого добраться в настоящее, понадобилось много времени.

Зейг: *Когда ты спросил ее, кем она хочет стать, когда вырастет, она ответила что, может быть, астрономом или писателем. Причем на ее лице появилась гримаса при слове "писателем".*

Эриксон: *Как ты научился писать?*

Зейг: *Наверное, путем упражнений.*

Эриксон: *Ты учился писать вот так. (Э жестикулирует, гримасничает и ерзает.)*

Зейг: *Да, гримасничая.*

Эриксон: *Все тело двигалось.*

Зейг: *Да, ерзал на стуле и дергал ногами. Действительно, писать учишься всем телом.*

Эриксон: Угу. Прикусив губу при слове “писателем”, она вспомнила, как трудно было научиться писать. Я сам помню, как мне было сложно написать “t”, особенно поднять перо и перечеркнуть палочку, или поставить точку над “i”.

Зейг: Здесь в ней еще заметна диссоциация.

Эриксон: Угу. Слово “писать” мгновенно вернуло ее в детство. А взрослое слово “астрономия” она употребила потому, что ее голова была в состоянии бодрствования.

Зейг: Понимаю, телом она не восприняла это слово.

Эриксон: Угу.

Салли: Я ... у меня левая рука не двигается. (С. улыбается.) Это просто удивительно. (Смеется.)

Эриксон: Ты слегка удивлена своей левой рукой?

Эриксон: Ты заметил, что я сам сначала пошевелил левой рукой?

Зейг: Нет, не заметил.

Эриксон: Посмотрим еще раз.

Зейг: Значит, она заметила это периферическим зрением? Видимо, это побудило ее переключить внимание на собственную руку?

Эриксон: Смотри сам. (Они прокручивают запись обратно, и действительно, Э. шевельнул левой рукой как раз перед тем, как Салли заявила, что у нее парализовало левую руку.) Ход ее мыслей последовал за движением моей руки. Как правило, это делается неосознанно.

Зейг: Никто бы и не понял, если бы ты сам не указал на это. Обрати внимание на отдельные моменты, происходящие на словесном уровне. Она произносит: “У меня левая рука не двигается. Это просто удивительно.” Это преувеличение. Такое преувеличенное утверждение не в ее стиле. Но ты к этому возвращаешься и говоришь: “Ты слегка удивлена”. Немного снижаешь эмоциональный заряд. Подходишь к оценке с противоположного конца.

Эриксон: Угу.

Зейг: Это, возможно, позволит ей быть более конкретной в своих утверждениях.

Эриксон: Не следует заставлять пациента говорить: “У меня рука не двигается”. Ты говоришь: “Вам может показаться, что ваша рука не двигается”. Ты сам произносишь отрицание “не”.

Зейг: Тогда это дает ей возможность отвечать в утвердительной форме.

Эриксон: Да.

Зейг: Итак, ты возвратился к ее преувеличению и поправил ее.

Эриксон: Из этого преувеличенно-эмоционального состояния я хотел спустить ее вниз, к ее обычному состоянию.

Салли: Я припоминаю, как вы сказали, что она не будет двигаться и хм...

Эриксон: Ты мне поверила?

Салли: Полагаю, да. (Улыбается.)

Эриксон: Всего лишь полагаешь. (Салли смеется.)

Зейг: Ты уже однажды воспользовался ее уклончивым ответом, чтобы обыграть слова “предположение” и “действительность”. Здесь ты повторяешь “всего лишь полагаешь”, и она смеется. Она понимает твою игру, но выражает это не словесно, а телесно.

Эриксон: Угу.

Салли: Я, это... мне кажется, что ею не пошевелить.

Эриксон: Значит, ты более чем полагаешь? (Салли смеется.)

Салли: Хм-м... да. (Тихо.) Я... это так удивительно, что можно пробудиться от шеи и выше, а от шеи и ниже — нет.

Эриксон: Что удивительно?

Салли: Что человек может, хм-м... что тело может спать от шеи и ниже, а я могу разговаривать и бодрствовать — а тела не чувствую, совсем онемело. (Смеется.)

Эриксон: Другими словами, ходить ты не можешь?

Салли: *Нет, пожалуй, не сию минуту.* (Отрицательно трясет головой.)

Эриксон: *Не в этот самый момент.*

Салли (со вздохом): *Хм-м-м, не в этот самый момент.*

Эриксон: Видишь, она отрицательно потрясла головой и сразу согласилась, что не в состоянии ходить. Теперь она уже может давать конкретные ответы.

Зейг: Ей все же легче дается четкий отрицательный ответ, чем четкий положительный ответ. Но от одного до другого лишь один шаг.

Эриксон: Угу.

Зейг: Заметь, все это время ее глаза прикованы к тебе, она не смотрит вокруг.

Эриксон: Мы были одни.

Эриксон: *Каждый акушер в этой группе теперь знает, как получить анестезию... тела.* (Э. выжидательно смотрит на Салли. С. согласно кивает головой, а потом делает отрицательное движение головой. Она продолжает смотреть направо отсутствующим взглядом. Прочищает горло.) *Как себя чувствует человек, которому тридцать пять и он не может ходить?*

Салли: *Тридцать четыре.*

Эриксон: *Тридцать четыре.* (Э. улыбается.)

Зейг: Она поправила тебя, и ты был весьма любезен. Это ни капли не вывело тебя из равновесия.

Эриксон: С какой стати?

Зейг: Преимущество оказалось на ее стороне. Она и раньше пыталась одержать над тобой верх.

Эриксон: Вот я и отдал ей этот "верх".

Зейг: Да. Она поправила тебя насчет возраста, но для этого ей пришлось прибегнуть к четкому утверждению.

Эриксон: Часто и уступка приносит победу.

Салли: *Хм-м ... Чувствует ... м-м ... сейчас это приятно.*

Эриксон: *Очень приятно?*

Салли: *Да.*

Зейг: Теперь ты преувеличиваешь положительное ощущение. Она говорит “приятно”, а ты “очень приятно”.

Эриксон: *Вот когда ты только вошла, тебе понравилось, как я подтрунивал над тобою?*

Салли: *Пожалуй, да.*

Зейг: Сначала ты делаешь ударение на приятном ощущении, а затем возвращаешься к шуточному тону. Однако это не шутка. На самом деле ты заставляешь ее почувствовать себя очень неловко. Сводя во времени эти два ощущения, ты смягчаешь в положительном плане ее ощущение неприятной неловкости.

Эриксон: *Да.*

Эриксон: *Пожалуй, да? (Салли смеется.) А может, не понравилось?*

Салли: *Да, пожалуй, так.*

Зейг: Она опять увिलивает от прямого ответа, а ты интонационно подчеркиваешь слова “пожалуй, да”.

Эриксон: *Повышением тона на слове “да”. “Пожалуй, да”.*

Зейг: Интонационно выделяя положительную сторону.

Эриксон: *Угу.*

Эриксон (улыбается): *Вот момент истины.*

Салли: *Как? (Смеется.)*

Эриксон: *Вот момент истины.*

Салли: *Так, да, у меня смешанное чувство. (Смеется.)*

Зейг: Она все так же уклончива. На словесном уровне она не приняла “момента истины”. Ты снова делаешь нажим на эти слова.

Эриксон: Ты сказала “смешанное чувство”. Очень смешанное?

Салли: Как сказать? Мне это нравилось и не нравилось.

Эриксон: Очень-очень смешанное чувство?

Салли: Ох, вряд ли я смогу определить точный оттенок.

Зейг: Здесь ты снова действуешь с противоположного конца. Делаешь такой до нелепости преувеличенный упор на ее уклончивую манеру отвечать, что ей ничего не осталось, как ответить прямо, без уверток. Ты довел свой нажим до абсурда: “Очень смешанное?”, “Очень-очень смешанное?”

Эриксон: В результате она оказалась в тупике.

Зейг: И подорвалась на собственной мине.

Эриксон: Да, подорвалась на собственной мине. Но потом она откажется от мины, но не от меня.

Зейг: Ты дал ей возможность увидеть последствия такого уклончивого поведения — “Очень смешанное; очень-очень смешанное”. Но ты делаешь это в шуточной форме, и отказ от прежней модели поведения исходит от нее самой.

Эриксон: А не думаешь ли ты: черт меня дернул сюда прийти?

Салли: О, нет, я очень рада, что пришла. (Прикусила нижнюю губу.)

Эриксон: А придя сюда, разучилась ходить.

Салли (смеется): Да, научилась не двигаться от шеи вниз. (Кивает.)

Эриксон: Вкусная была конфета?

Салли (тихо): Ой, такая вкусная, только... м-м ... мне хотелось бы ... разных сортов.

Эриксон (улыбается): Значит, отведала конфеток?

Салли: Угу. (Улыбается.)

Эриксон: А кто их тебе дал?

Салли: *Вы дали.*

Эриксон (согласно кивает): *Вот какой я щедрый.*

Эриксон: Опять очень уклончивые ответы. Но она с воодушевлением заявила, что конфета была вкусная, что-то в этом роде.

Зейг: Да.

Эриксон: А это вполне определенный ответ. Я все время даю ей шанс быть то уклончивой, то вполне определенной.

Зейг: Еще один положительный шаг.

Салли: *Да. Очень мило с вашей стороны. (Улыбается.)*

Эриксон: *Понравилась конфета?*

Салли: *О, да.*

Зейг: Куда уж определеннее!

Эриксон: Она осваивает новую модель поведения.

Эриксон: *А вот все философы говорят — реальность в нашей голове. (Улыбается.) Что это за люди? (Салли смотрит вокруг. Э. близко склоняется к ней.)*

Салли: *Представления не имею.*

Эриксон: Она не имеет представления, кто эти люди. Она имела представление. Я спросил: “Что это за люди?”, а она повременила, прежде чем дать отрицательный ответ.

Зейг: Ты заставил ее установить контакт с присутствующими.

Эриксон: Угу.

Зейг: Далее ты говоришь: “Скажи мне честно: что ты о них думаешь”. А это очень нелегко. Ты выбрал такой способ принудить ее установить контакт с окружающими, что у нее не осталось иного выхода.

Эриксон: Да.

Зейг: С какой целью?

Эриксон: Рука у нее все еще парализована.

Зейг: Да, телесно она не испытывает никаких неудобств.

Эриксон: Есть категория людей, которые любят свои болезни и цепляются за них. Поэтому надо вынудить их на какой-то откровенный поступок. Пациент внутренне открывается и тогда может подчиняться внушениям.

Зейг: Хотя ты предполагаешь, что она попытается проявить некоторую уклончивость даже при прямом ответе, все же она вынуждена отвечать более конкретно.

Эриксон: Совершенно верно. Поэтому ситуация, в которой ей приходится отвечать конкретно, не должна быть острой. Видишь ли, если удастся добиться прямого ответа от человека с уклончивой моделью поведения, хотя бы самого общего ответа, то есть возможность получить и более конкретный ответ. Ты идешь от общего к более определенному, а определенное поможет избавить ее от паралича.

Зейг: А ты помнишь, как она избавилась от паралича?

Эриксон: Нет.

Зейг: Это было замечательно. Ты получишь истинное удовольствие, наблюдая, как это произошло.

Эриксон: Скажи мне честно, что ты о них думаешь.

Салли: Как сказать... Они выглядят по-разному.

Эриксон: Они выглядят по-разному.

Салли: Да, они все разные. (Прочищает горло.) Все очень милые. Только отличаются... друг от друга.

Эриксон: Все люди не похожи друг на друга. (Салли смущенно смеется, прочищает горло и вздыхает.)

Зейг: Ты заставил ее установить контакт с окружающими, а это может вызвать у нее некоторое отрицательное ощущение. Сначала ты заставил ее вступить в контакт с окружающими, а затем заставляешь откровенно высказаться о них.

Это очень трудное задание. Ей не хочется быть прямолинейной, но она подчиняется твоей установке, в результате ты получаешь прямой, но не исчерпывающий ответ.

Вероятно, в отношении присутствующих у нее возникает некая негативная ассоциация. Она опоздала и помешала занятиям. Это отрицательное ощущение, возможно, ассоциативно было перенесено на участников семинара. Поэтому можно предположить наличие некой неприязни к окружающим. Видишь, вот она сидит в трансе, обхватив себя одной рукой. Ты говоришь в это время: "Скажи мне честно, что ты думаешь об этих людях". Если она думает что-то негативное, она не может этого сказать, а с другой стороны, гипноз и ощущение комфорта, словно изолирующая прокладка, отгораживают ее от всего отрицательного.

Эриксон: Угу.

Зейг: Ты совершенно определенно отключил от себя ее внимание, заставив ее установить контакт с окружающими. Зачем?

Эриксон: Она должна переключиться на себя. Когда врач уходит из приемного покоя или из палаты, пациент переключается на самого себя. Ситуация должна выглядеть реальной.

Зейг: Кроме того, это интересный ход, чтобы воссоединить ее с группой. Ей надо было осмотреться, вступить в контакт с остальными.

Эриксон: И быть мысленно откровенной. Поэтому я дал ей на это разрешение.

Зейг: Позволил ей и негативные оценки?

Эриксон: Да. Если я кому-то что-то даю, то подразумевается что я могу это и отнять. Правильно?

Зейг: Правильно.

Эриксон: Вот я и дал ей разрешение.

Эриксон: Где сейчас Эйлин?

Салли: О, представления не имею. Хм-м...

Эриксон: А ты давно ее вспоминала в последний раз?

Салли: *Сейчас подумая, хм-м... довольно давно. Э-э... у нее была сестра, Мария. Она была младше Эйлин... м-м-м... скорее, моих лет. Знаете, я их вспоминаю, они из моего детства, но думаю о них редко.*

Эриксон: *Откуда ты родом?*

Салли: *О, из Филадельфии.*

Эриксон: *И ты играла на задворках?*

Салли: *Ага.*

Эриксон: *Как же ты там оказалась?*

Салли (смеется): *Может, мне только показалось... м-м-м... что я там была.*

Эриксон: *Обрати внимание... Вон тот качает ногой, а этот переставил ступни, и она села по-другому. (Э. указывает на присутствующих.) А почему ты сидишь так неподвижно?*

Зейг: Это попытка заставить ее отвечать более конкретно?

Эриксон: И заставить ее замечать мелкие детали в окружающем ее пространстве.

Зейг: И тем самым закрепить транс.

Эриксон: На заднем дворе, в Филадельфии, мы с ней одни. "Как же ты там оказалась?" "Там" — это очень конкретное слово. А задний двор в Филадельфии — ужасно расплывчатое понятие. Представляешь, сколько в Филадельфии можно насчитать задних дворов?

Зейг: Да, причем день и время тоже могут быть самые разные.

Эриксон: А слово "там" — весьма конкретное понятие. Видишь, я смешиваю общие и конкретные представления.

Зейг: Но имея целью подвести ее к большей точности.

Эриксон: Да.

Салли: *Разве вы мне не сказали что-то по этому поводу, что... хм...*

Эриксон (перебивая): *Ты всегда выполняешь то, что тебе говорят?*

Салли (отрицательно качая головой): *Подчиняться — для меня это очень необычно.*

Эриксон (перебивая): *Ты хочешь сказать, что ты необычная девушка?*

Салли: *Нет, для меня необычно подчиняться.*

Зейг: Ты перенес слово “необычный” совсем в другой контекст. В ее фразе это слово ассоциируется с негативным ощущением — “для меня необычно подчиняться”. Затем ты говоришь: “ты необычная девушка”, а в этом чувствуется положительный момент. На словесном уровне она это отвергает, повторив: “Для меня необычно подчиняться”.

Эриксон: Ей запомнится фраза: “Ты необычная девушка”.

Зейг: Понимаю. Запомнится на подсознательном уровне.

Эриксон: Да. Кроме того, смысл фразы приятен в эмоциональном отношении.

Салли: *Я никогда не следую ничьим указаниям.*

Эриксон: *Никогда?*

Салли: *Не то чтобы никогда — редко. (Улыбается.)*

Эриксон: *Ты уверена, что никогда не следуешь указаниям?*

Салли: *Нет, не уверена. Кажется, я это только что сделала. (Смеется и прочищает горло.)*

Эриксон: *Ты можешь выполнять нелепые пожелания?*

Салли (смеется): *Хм... мне кажется, я могла бы пошевелиться.*

Эриксон: Обрати внимание на ее ответ — “не следую указаниям”.

Зейг: Она начинает думать о своей руке, и внутренне у нее возникает совершенно четкая мысль. А смысл твоих слов был весьма общий. Она ведь могла отреагировать на любые из твоих предыдущих внушений.

Эриксон: Она попала в ловушку, вынуждена была обратиться вовнутрь и конкретно осмыслить свой паралич.

Зейг: То есть, твоя неопределенность привела ее к конкретике.

Салли: *Мне кажется, я могла бы пошевелиться.*

Эриксон: *Хм?*

Салли: *Если бы я по-настоящему захотела, я бы могла пошевелиться.*

Эриксон: Она сказала: “Мне кажется, я могла бы пошевелиться”.

Эриксон: *Посмотри-ка вокруг. Как ты думаешь, кто следующим окажется в транс? Посмотри на всех по очереди.*

Зейг: Интересный момент. Зачем ты подводишь ее к контакту с присутствующими и предлагаешь ей решить, кто, по ее мнению, следующим войдет в транс?

Эриксон: Она должна задуматься об “а, б, и в”, ведь она сама — часть алфавита.

Зейг: Так она возвращается в группу и становится ее частью.

Салли (оглядывая сидящих): *М-м-м... Может быть, вот эта женщина с кольцом на руке. (Указывает на Анну.)*

Эриксон: *Которая?*

Салли (тихо): *М-м-м... которая сидит прямо перед нами, у нее кольцо на левой руке. Вот эта, в очках. (Э. наклоняется очень близко.)*

Эриксон: *А еще что про нее скажешь?*

Салли: *Еще что? По-моему, она войдет в транс следующей.*

Эриксон: *Ты уверена, что никого не пропустила?*

Салли: *Есть один-два человека, на кого я тоже так подумала — на мужчину рядом с этой женщиной.*

Эриксон: “На кого я так подумала”. Здесь заметна более конкретная реакция.

Эриксон: *Еще кто-то?*

Салли: *Хм... да, еще кто-то.* (Улыбается.)

Эриксон: *А что ты думаешь о девушке, что сидит слева от тебя?*
(Указывает на Розу.)

Салли: *Да.*

Зейг: Очень примечательный кусок. Взгляни на Розу. Она отклонилась от тебя, руки и ноги у нее скрещены. Тем не менее, ты внушаешь Салли выбрать Розу, хотя вся ее поза выражает сопротивление.

Эриксон: *Как ты думаешь, сколько ей понадобится времени, чтобы снять одну ногу с другой и закрыть глаза?* (Роза сидит, скрестив руки на груди и закинув ногу на ногу.)

Салли: *Не очень много.*

Эриксон: *Итак, наблюдай за ней.* (Роза не распрямляет ноги. Смотрит на Э., потом вниз. Затем поднимает глаза, улыбается и оглядывается вокруг.)

Роза (пожимая плечами и улыбаясь): *Мне и со скрещенными ногами удобно.*

Эриксон: Салли связала себя словами “не очень много”, Роза упорно сопротивляется. Теперь уже Салли не может отступить от своего “не очень много”.

Зейг: Она переживает свою ошибку?

Эриксон: Да. Есть люди, которые терпеть не могут ошибаться. Салли ошиблась, но держится молодцом.

Зейг: Связав себя конкретным сроком, она сделала ошибку, теперь приходится переживать.

Эриксон: Да, на таких ситуациях люди учатся.

Эриксон: *Я не сказал, что тебе будет неудобно. Никто этого не говорил.* (Роза соглашается кивком головы.) *Я только спросил у Салли, сколько времени тебе понадобится, чтобы распрямить ноги, закрыть глаза и войти в транс.* (Роза согласно кивает. Пауза. Э. выжидающе смотрит на Розу.)

Зейг: Ты переключаешься с Салли на Розу. Салли выпадает из-под твоего влияния. Ей было уделено достаточно внимания, теперь оно переключено на другой объект. Теперь, когда ты начинаешь работать с Розой, Салли не может вернуть твоё внимание.

Эриксон: Да, но она совершила ошибку, связав себя конкретным ответом и теперь из-за этого переживает.

Эриксон (обращаясь к сидящей слева от него Салли): *Наблюдай за ней.* (Пауза. Роза закрывает и открывает глаза.) *Она закрыла и открыла глаза. Сколько еще тебе надо времени, чтобы закрыть их и больше не откроешь?*

Зейг: Смотри-ка, какой славный грамматический ляп! “Сколько еще тебе надо времени, чтобы *закроешь* их и больше *не откроешь?*” Следовало сказать: “закрыть” и “не открывать”, а ты сказал “закроешь”. Это создает путаницу и заставляет ее сосредоточиться на слове “закроешь”.

Эриксон: Да, она как-то выпала из общей картины и мне надо было каким-то образом втянуть ее обратно.

Зейг: Розу?

Эриксон: Нет, Салли. Она оказалась вне сферы моих действий.

Зейг: Да. Ей было сказано наблюдать за Розой, и таким образом она снова включилась в процесс.

Эриксон: Ведь Салли с самого начала дала определенный ответ, что пройдет немного времени, прежде чем Роза закроет глаза. Поэтому я снова подключил ее к работе.

Зейг: Замечательно. Салли придется признать существование фактора времени и осознать свою ошибку. Тем самым она извлечет урок: ошибку можно пережить. Этим стремлением избежать ошибок и объясняется ее уклончивость. И так, работа с Салли как с личностью в основном сводится к тому, чтобы сделать ее поведенческую модель более разнообразной, научить ее точности, допуская возможность ошибок, и уметь спокойно воспринимать допущенные ошибки.

Эриксон: Когда я учился в медицинском училище, то возмущал однокашников своим нестандартным поведением. Обычно нас посылали по одному к умирающему пациенту и поручали обследовать его и поставить предположительный

диагноз. Когда пациент умирал, проводилось вскрытие. Все отправлялись на вскрытие, моля всех святых, чтобы не было ошибки в их диагнозе. Зато я всегда говорил, хоть бы я ошибся, что вызывало всеобщее возмущение.

Зейг: Не улавливаю сути.

Эриксон: Я надеялся на ошибку, потому что она становилась стимулом к дальнейшему познанию. А если я поставил правильный диагноз, выходит, учится больше нечему. Мои одноклассники этого не понимали. Поэтому я заставил Салли связать себя конкретным, но ошибочным ответом, чтобы помочь ей больше узнать. Затем я снова подключил ее к работе.

Зейг: Хорошо. Остановимся еще немного на этом куске. Ты заседаешь на Розу, и она, в конце концов, закрывает глаза. На это уходит много времени, потому что Роза с самого начала всем своим видом выражает упорство. Ты тоже сразу понял, что она будет упираться, и поэтому просто выждал время.

Эриксон: Я выждал время и заставил одну действовать против другой.

Зейг: Да.

Эриксон: Салли обогатится позитивным опытом, а Роза запомнит на будущее: "Не пытайся сопротивляться".

ВТОРОЙ ДЕНЬ ОБСУЖДЕНИЯ (03.02.80)

Зейг: Мы остановились на том, что ты вывел Салли из транса и приступил к индукции в отношении Розы. Ты объяснил, что хотел, чтобы Салли пережила ощущение, вызванное допущенной ею ошибкой. Салли сказала, что следующим человеком, который войдет в транс, будет Роза и что у нее это легко получится, но на деле Роза долго не поддавалась гипнозу. Давай еще разок посмотрим эту последнюю часть записи.

Роза: *Мне и со скрещенными ногами удобно.* (Пожимает плечами.)

Эриксон: *Я не сказал, что тебе будет неудобно. Никто этого не говорил.* (Роза соглашается кивком головы.) *Я только спросил у Салли, сколько времени тебе понадобится, чтобы распрямить ноги, закрыть глаза и войти в транс.* (Роза согласно кивает. Пауза. Э. выжи-

дающе смотрит на Розу. Обращаясь к сидящей слева от него Салли.)
Наблюдай за ней. (Пауза. Роза закрывает и открывает глаза.)

Зейг: Ты использовал множество косвенных приемов, чтобы заставить Розу подчиниться. Пока ты этим занимался, находившаяся между вами Салли перестала реагировать на происходящее. Тогда ты заставил Салли снова включиться в работу и велел ей наблюдать за Розой по двум причинам: во-первых, Салли должна воочию убедиться в своей ошибке, а во-вторых, это было дополнительным воздействием на Розу с целью добиться от нее гипнотической реакции.

Эриксон: Да.

Зейг: Но Роза остается все в той же “скрещенной” позе. Интересно наблюдать это столкновение двух сильных характеров, ведь ты не собирался допускать такого отпора. Роза уже приближается к тому, чтобы закрыть глаза и распрямить ноги, но сопротивляется изо всех сил. Это уже похоже на битву, и все же она вот-вот сделает то, что ты от нее ждешь, и подчинится твоему внушению.

Эриксон: Хотя это и битва, самое главное заключается в том, понимает ли это Роза и насколько.

Зейг: Насколько она понимает? Думаю, она осознает, что это битва.

Эриксон: Да. Насколько очевидно мое боевое усилие?

Зейг: По-моему, с твоей стороны никакого боевого усилия нет. Ты воздействуешь косвенно. Просто разговариваешь с Салли. Но в то же время выжидательно смотришь на Розу.

Эриксон: Мой голос направлен на Розу.

Эриксон: Она закрыла и открыла глаза. Сколько еще тебе надо времени, чтобы закроешь [sic] их и больше не откроешь [sic]? (Пауза. Роза закрывает и открывает глаза.)

Зейг: В прошлый раз мы говорили о грамматической ошибке, которую ты сделал, чтобы сконцентрировать внимание Розы на слове “закроешь”.

Эриксон: Именно так. Потому что, если бы я сказал “чтобы закрыть их”, с этим можно дальше бороться, а “чтобы закроешь” — как с этим бороться? Ей пришлось прибегнуть к ряду психологических маневров, чтобы определить, что это грамматическая ошибка.

Зейг: Да. Ей стало труднее сопротивляться, потому что часть своей энергии она направила на определение грамматической ошибки.

Эриксон: Совершенно верно. Когда затрагиваешь в лекции какой-нибудь спорный вопрос, надо быть чрезвычайно осторожным. Сразу замечаешь в аудитории враждебные лица оппонентов, и стоит тебе оговориться, как тут же раздается: “Я бы лучше справился”. Автор реплики полон чувства собственного превосходства, но не осознает, что это чувство зиждется всего лишь на одном неправильном слове.

Зейг: То есть он спорит с формой, а не с содержанием.

Эриксон: Угу.

Зейг: Это вариант того случая, когда пациенту предлагается символ, способный принять на себя его эмоции. Помнишь ту историю, когда ты посоветовал женщине, у которой умер ребенок, посадить дерево. Символ поглотил горькие чувства. Так и здесь: ты делаешь грамматическую ошибку, и она отвлекает на себя и поглощает часть эмоций.

Эриксон: Можно единственным словом вызвать враждебность, и в то же время подарить людям ощущение счастья.

Зейг: Ощущение собственного превосходства.

Эриксон: Угу. Они воспринимают счастье как счастье, не вдаваясь в его природу.

Зейг: Не определяя его как чувство высшего порядка?

Эриксон: Не соотнося это чувство с породившей его причиной. Они тебя слушают и счастливы.

Зейг: Потому что ты оговорился.

Эриксон: Однажды со мной вступил в спор один преподававший в Чикаго приверженец Адлера. Я пытался уйти от этого спора, возражал, но он решил, что я его боюсь. Я использовал массу отвлекающих маневров, включая неправильное произнесение слов. Он с таким ликованием поправлял меня и был так счастлив по этому поводу, что это счастье стало излучаться на то, что я говорил. Он давно возглавлял чикагскую школу и знал об Адлере больше меня. Но я продолжал все в том же духе, пока он, наконец, не расплакался.

Зейг: Отчего он расплакался?

Эриксон: Он слушал меня с возрастающим восторгом, но не осознавал, что его эмоции вызваны тем, что он без конца поправлял мои неверные слова и неправильное произношение. В конце концов, он обнаружил, что соглашается с моими доводами. Но он не собирался соглашаться, он намеревался разбить мои доводы в пух и прах.

Эриксон: (Роза моргает.) *Ей все труднее открывать глаза.* (Роза закрывает глаза, затем, прикусив губу, открывает их. Пауза. Салли закрывает глаза.)

Эриксон: Зря она сопротивляется.

Зейг: Я показал кое-кому эту пленку, так они даже расстроились, что ты так сильно давишь на Розу. Хотя в самом начале можно было заметить кое-какие признаки, на несловесном уровне, указывающие на ее готовность к сотрудничеству. Она закрывает и открывает глаза.

Эриксон: Я понимаю, почему они расстроились. Не умея отождествить себя с Розой, они предпочли бы отступить. Но Роза не хочет от меня отступать.

Зейг: Нет, не хочет.

Эриксон: Она надеется на победу, но для нее неясно, чья это будет победа — моя или ее. Ей хочется, чтобы кто-то победил, но ей пока не позволено сказать: “Я хочу победить”. Вот почему у нее закрываются глаза и она шевельнула рукой. Она все время смотрит на меня. Она надеется на успех, но это неопределенный успех. Но я-то знаю, что это мой успех. Но она намерена упираться до победного конца.

Эриксон: *Видишь, как она старается пересилить меня, но проигрывает.* (Пауза.) *Она даже не осознает, как она близка к трансу.* (К Розе.) *Ну, закрой теперь глаза.*

Эриксон: Вот еще что следует запомнить. Пациент приходит к вам за помощью. Он может сопротивляться этой помощи, в то же время отчаянно надеясь на вашу победу. Роза пришла на семинар за информацией, но понимает, что может получить ее только через мою победу. Она мечется, как в ловушке, между желанием победить и еще более сильным желанием учиться.

Зейг: Да. И это очень хорошо, что тебя не оставляет охота продолжать эту борьбу. В этом есть трогательная доброта. На предложенных тобой условиях, она, хотя и проиграет, в конечном итоге победит.

Эриксон: Совершенно верно.

Зейг: Вот сейчас ты косвенно комментируешь, например: “Она старается пере-силить меня, но проигрывает”. Ей все труднее открывать глаза”. Но вот ты прямо смотришь на нее и говоришь, обращаясь непосредственно к ней: “Ну, закрой теперь глаза, и пусть они остаются закрытыми”, — хотя ты знаешь, что она не собирается сразу же закрыть глаза. Ты даешь ей еще один шанс...

Эриксон: Самой выбрать время. Закрыть или не закрыть глаза — она не это выбирает. Для нее важен выбор времени. Я могу позволить себе и подождать.

Зейг: Да. Кроме того, у нее могут сейчас возникнуть опасения относительно твоей победы — вдруг ты проиграешь. А это в итоге может подтолкнуть ее на твою сторону.

Эриксон: Угу.

Эриксон: *И пусть они остаются закрытыми.* (Роза с трудом продолжает моргать.) *Ну хорошо, я подожду...* (Опять моргает.) *Но ты их закроешь.* (Моргает.) *Когда глаза закроются в следующий раз, не открывай их.* (Пауза. Роза закрывает глаза и опять открывает, еще раз закрывает и снова открывает.) *Ты уже и сама понимаешь, что глаза у тебя закроются. Ты сопротивляешься и не понимаешь, почему я выбрал тебя.* (Роза дважды открывает и закрывает глаза.) *Вот так.* (Закрывает глаза и больше не открывает.) *Очень хорошо.*

Зейг: Больше она их не открывает.

Эриксон: “Вот так”. (Тихо.) “Очень хорошо”.

Зейг: Понимаю, ты произносишь эти слова утешающим тоном.

Зейг: Все это время ее глаза прикованы к тебе. Не думаю, что она может реагировать на происходящее в пределах ее периферического зрения. Она не открывает от тебя глаз.

Эриксон: Я утешаю не тоном победителя.

Зейг: Понимаю. Ты хочешь ее успокоить.

Эриксон: Если бы я сказал “закроются” победным тоном, она бы открыла глаза.

Зейг: Да.

Эриксон: Я произнес эти слова успокаивающе.

Зейг: Так что, в конечном счете, выигрывает все-таки она.

Эриксон: Она выигрывает покой. Она достигает абсолютно новой цели — покоя.

Зейг: Да, можно с полным правом сказать, что перед нами один из тех случаев, когда выигрывает Эриксон, но приз получает пациент. Кстати, она окончательно закрывает глаза, когда ты произносишь: “Ты не понимаешь, почему я выбрал тебя”. Похоже, это в какой-то мере разрядило напряжение. Почему?

Эриксон: “Ты не понимаешь, почему я выбрал тебя?” Вопрос как бы рассеивает ее сопротивление “по площади”.

Зейг: То есть у нее возникает множество ассоциаций, когда она пытается объяснить себе, почему ты выбрал ее.

Эриксон: И ни одной правильной.

Зейг: Так почему же ты выбрал ее?

Эриксон: Чтобы ослабить ее сопротивление, которое я извлек из глубины и рассеял по поверхности, так сказать.

Зейг: Блестящий ход в работе с сопротивлением! Ты рассеял его таким тонким слоем...

Эриксон: Что оно больше не вызывало затруднений.

Зейг: Итак, она смотрит на тебя не отрываясь, ее внимание предельно сконцентрировано. Она делает довольно много движений. В двигательном плане она не скована, но если понимать гипноз как состояние сфокусированного внимания, она находится в трансе.

Эриксон: Этими движениями она старается уверить себя, что она не в трансе. Она ищет дополнительного доказательства в каждом новом движении, а это указывает нам на ход ее мыслей: “Предыдущее движение меня не убедило, попробую еще, тоже не убедило, и это тоже нет”.

Зейг: Значит, она продолжает бороться, делая ориентировочные движения для собственной уверенности.

Эриксон: И с каждым разом проигрывает. Из всех, кого я встречал, ты первый, Джефф, кто старается разобраться в том, что происходит в гипнотизируемом, да и во мне самом. Ты сумел обратить внимание на слово “покой” и заметить, что в ее движениях как раз отсутствует покой. Этими движениями она не убеждает себя, а лишь еще больше разубеждает.

Зейг: Когда я веду практические занятия по эриксоновской терапии, в первой части я обучаю диагностике по Эриксону. Это необычная диагностика. Как определить, например, насколько пациент может сосредоточиться? Какова степень его реакции на внушение? Как определить его коммуникативность, его языковой стиль? Это не психиатрический диагноз, а диагноз, позволяющий понять внутри- и межличностные факторы, как например, манера поддержания установившихся взаимоотношений.

От диагностики я перехожу к следующему разделу, рассказывая о том, как ты увязываешь свои внушения с установленным диагнозом. Возьмем пример: надо вынести мусор. Замкнутому на себе человеку предложение вынести мусор делается одним тоном, а человеку, ориентированному на окружающий мир, совсем другим. Ты будешь искать особый подход и к “забияке”, и к “побитой собаке”, выражаясь метафорически. Я думаю, слушателям полезно это знать, потому что некоторые обращают внимание лишь на твою технику, а не на то, что в своей работе ты руководишься конкретным диагнозом данного пациента.

Эриксон: И результатом воздействия на гипнотизируемого.

Зейг: Ты изучаешь его внутренний мир и, исходя из своего диагноза, даешь установки. Ты используешь совсем особый вид диагностики.

Эриксон: Вот еще что следует принять во внимание: как мы все учимся говорить. Мы проходим через длительный период ошибок. “Я вижу [sic] его. Я вижу [sic] его”. У нас у всех за плечами богатый опыт ошибок, как грамматических, так и фонетических. Как многому мы учимся на этих ошибках! Можно нарочно сделать ошибку в расчете на помощь тех, кто приобрел знания, учась на собственных ошибках, и кто с готовностью принимает поправку от более знающего.

Зейг: И этим ты как бы возрождаешь в них...

Эриксон: Свежесть восприятия.

Зейг: Свойственную детству.

Эриксон: Да. “Мама, я увижу [sic] того-то?” А мама отвечает: “Надо говорить ‘увиджу’”. И ребенок благодарен. Поэтому, когда я неправильно произношу слово, меня тут же поправляют и к слушателям возвращается их забытая система ориентиров. Они испытывают чувство умиротворения и благодарности, не понимая, откуда это пришло. А лектор тем временем переходит к другому вопросу.

Вот тебе пример. Когда мы с Бетти отправились в свадебное путешествие, Бетти не умела водить машину. Мы ехали по пустынной сельской дороге. И вдруг в окно влетела пчела и ужалила ее в колено. Бетти ее прихлопнула и выбросила за окно. На первом же повороте я съехал с дороги, остановился и произнес с глубоким чувством: “Как я рад, что она ужалила тебя, а не меня”.

Зейг: Не понял.

Эриксон: Я действительно был рад. Ты бы видел ужас и негодование на ее лице! Я ей объяснил, что меня уже однажды ужалила пчела. Я три дня лежал без сознания. При этом сообщении маска ужаса и негодования мгновенно сменилась полнейшим ликованием по поводу того, что пчела ужалила именно ее.

Зейг: Сработало желание защитить тебя.

Эриксон: Угу. Вот пожалуйста, жених желает ей зла, а она испытывает чувство благодарности. Она из-за меня прямо в ужас приходила, как только поблизости появлялась пчела. Но тот ужас, который вызвали у нее мои слова, просто невозможно описать. И вдруг вслед за этим страшным смятением следует нечто еще более страшное. Сразу два шока.

Зейг: Интересная последовательность эмоций — отрицательное чувство мгновенно преобразуется в положительное.

Эриксон: Когда во сне меня кусает комар, я просыпаюсь с поносом и страшной аллергической сыпью по всему телу. Мне приходится по часу отлеживаться в горячей ванне. Поэтому стоит Бетти заметить в спальне комара, как она вооружается аэрозолем и хлопнушкой.

Зейг: Значит, ты можешь ассоциативно пробудить в пациенте или гипнотизируемом желание кого-то защитить и направить это чувство на себя.

Э. Верно. Ей вовсе не хотелось, чтобы ее ужалила пчела, но она почувствовала не больше боли, чем обыкновенный человек от укуса заурядного комара.

Зейг: То есть чувство боли было поглощено другими нахлынувшими на нее эмоциями.

Эриксон: Охватившим ее чувством ужаса от высказанной мной радости, что именно ее укусила пчела, а затем еще более сильным чувством страха при мысли о том положении, в котором она могла бы очутиться на этой пустынной дороге — водить машину она не умеет, а я лежу без сознания. Ситуация могла оказаться трагической.

Зейг: Сказав это, ты имел в виду заботу о Бетти, что ей не стоит обращать внимания на укусы пчелы. Ведь все могло закончиться гораздо хуже.

Эриксон: Нет. Я действительно почувствовал огромное облегчение от того, что пчела выбрала не меня, и только потом осознал, как я выглядел в ее глазах. Я смог поправить положение. Но Бетти сначала охватило жуткое негативное чувство, а затем мощное положительное чувство.

Зейг: Вернемся, пожалуй, к индукции.

Эриксон: Роза проигрывает, и я дал ей покой.

Зейг: Да. Итак, сначала негативное чувство и затем покой, после сопротивления...

Эриксон: Именно это приближающееся поражение и связанные с ним негативные эмоции помогли мне так эффективно внушить ей состояние покоя.

Зейг: Которого ты добился словами “очень хорошо”, и особенно своим тоном. Можешь еще что-нибудь добавить о диагностировании именно характера Розы и ее особой манере сопротивляться?

Эриксон: Общие теории гипноза советуют избегать сопротивления.

Зейг: Да.

Эриксон: Используй его.

Зейг: Согласен. Мне нравится сам замысел: “вынуть запал” из сопротивления и расплыть его таким тонким слоем, что от него ничего не остается. Роза проявила упрямство, но совсем другого рода, чем Салли. Что ты можешь сказать о различии в том, как проявляется сопротивление у Розы и у Салли?

Эриксон: Роза сопротивляется определенной личности, а Салли ведет борьбу на уровне идей.

Зейг: Значит, Роза выбирает прямой конфликт, а Салли вступает в противоречие с какой-то мыслью.

Эриксон: Да, с какой-то мыслью. В моем лице Роза защищается от человека вообще.

Зейг: Это замечательно. Мне нравится такое разграничение.

Эриксон: Я хотел бы обратить ваше внимание на то, как она мне помогала. Вполне естественно, что пациент может сопротивляться и делает это. Я предполагал, что она будет противодействовать мне.

Эриксон: Я сказал: “Пациент может сопротивляться” — и она тут же проявила сопротивление.

Зейг: Когда пошевелилась?

Эриксон: Угу. Да. Чтобы устроиться поудобнее.

Зейг: Перемена позы приближает ее к тебе. Она придвигается к тебе поближе и устраивается удобнее, облокотившись на подлокотник. Все это она продела-ла, когда ты произнес слово “сопротивление”.

Эриксон: Да.

Зейг: Значит, сопротивляясь, можно двигаться и в положительном направлении.

Эриксон: Слово “сопротивление” приобретает новый смысл. Оно означает “покой, удобство”, и я одобряю ее способность сопротивляться.

Зейг: До сих пор ты разговаривал с ней непосредственно или говорил о ней косвенно, но как только она закрыла глаза, ты отстранился от нее, интонационно изменил голос и переключился на группу. Почему?

Эриксон: Пусть она наслаждается покоем. Она его заработала, пусть им наслаждается. Я отстранился из уважения к ее покою.

Эриксон: И тем самым прекрасно проиллюстрирует такое противодействие.

Эриксон: Вот она отодвинулась от меня, она проверяет надежность полученного через сопротивление покоя. Она все еще наслаждается им. Говоря другими словами, покой — ее заслуга.

Зейг: Ты использовал слово “противодействие”, когда сказал, что она “прекрасно проиллюстрирует такое противодействие”. Таким образом, чувство сопротивления приобретает еще один положительный оттенок.

Эриксон: *Сама того не сознавая, она сейчас распрямит ноги. Но ей хочется доказать, что ей это не надо. Все правильно. Каждый пациент всегда хочет малость поупираться. Здесь врач должен пойти ему навстречу.* (Пауза. Роза наклоняется вперед, но ноги на распрямляет.)

Эриксон: “Каждый пациент всегда хочет малость поупираться”. С моего разрешения, она будет настаивать на своих скрещенных ногах. Так как всегда хочется хоть малость поупираться. Например, вот шарик, вот куколка и вот машинка — это тебе, а это мне.

Зейг: Да, это детский подход.

Эриксон: Детей учат делиться своими игрушками, а все-таки это — мое. Ким, как дитя Востока (Ким — приемная внучка доктора Эриксона), унаследовала мышление многих тысяч поколений вьетнамцев. Ким хватило года, чтобы внушить Бетти Алисе одну, по ее мнению, весьма замечательную мысль. (Бетти Элис удочерила Ким, когда ей было девять месяцев от роду.) Двухгодовалая Ким внушала ей: “Это игрушки Дэвида, только Дэвид может с ними играть. Это игрушки Майкла, только Майкл может с ними играть. Это мои игрушки, только я с ними играю. Это наши игрушки, и мы все с ними играем”. Для тысяч поколений вьетнамцев “этот участок земли — мой”. И вот поколение за поколением обрабатывают один и тот же участок земли одним и тем же допотопным способом.

Зейг: Ты хочешь сказать, что существует расовая форма сознания?

Эриксон: В нашем мозгу миллиарды клеток, способных реагировать на миллиарды разных раздражителей. Функции клеток мозга очень специализированы. Если ты принадлежишь к народу, где из поколения в поколение использовались лишь определенные клетки мозга, любой сигнал, получаемый младенцем извне, приводит в действие эту многовековую схему. Возьми, например, евреев. Тысячелетиями они подвергались преследованиям. Они могут и между собой воевать, причем весьма жестоко, но стоит вмешаться народу другой национальности, как они тотчас объединяются против незваного пришельца. Распри по боку, евреи объединяются против общего врага.

Зейг: Да.

Эриксон: Разве не так?

Зейг: Так.

Эриксон: Норвежцы известны как потомственные мореплаватели и исследователи новых земель, со временем они распространились по всему свету. И греки поколениями оставались греками и, добравшись до Америки, основали большую колонию. Уже четвертое поколение греков в Америке все равно говорят по-гречески. Они держатся вместе, не откальваются. Ливанская колония всегда остается ливанской колонией, а сирийская — сирийской. Зато норвежцы рассеялись по всему свету.

Американцы тоже повсюду распространились. Понимаешь, в тех, кто рождается с одинаково функционирующими клетками мозга, уже заложена определенная модель поведенческих реакций.

Вчера я разговаривал с очень умным польским евреем. Он был в полном отчаянии. Мы проговорили с ним часа два. “Что я сделал не так, — вопрошал он, — что мои родившиеся в Соединенных Штатах дети не уважают старые польские обычаи?” Единственное, что он мог понять, — это старые польские обычаи. Сам он работает мясником, а сын у него физик-ядерщик. Сердце старика разбито. Его сыну следовало стать мясником. Его жена — добрая домохозяйка. Дочь хочет сделать карьеру. А он все повторяет: “Что я сделал не так, что мои дети пошли не по тому пути?”

Есть народы, где семья, владеющая участком земли, скажем, тысячу лет, все еще продолжает обрабатывать его, хотя он уже не в состоянии прокормить их всех.

Зейг: Эти культурные отличия весьма стойки, они вошли в плоть и кровь.

Эриксон: Настолько вошли, что приходится прибегать к окольным путям, чтобы предостеречь ребенка от естественной поведенческой реакции.

Зейг: Можно это как-то связать с нашей видеозаписью?

Эриксон: Возьмем Розу. У нее свое особое представление об отношениях мужчины и женщины.

Зейг: Потому что она итальянка?

Эриксон: Совершенно верно.

В Милуоки живет один мой хороший приятель. Он успешно практикует там как психотерапевт. Приходит к нему пациент с нервным срывом, итальянец по про-

исхождению, и рассказывает: “Я приехал сюда с родины вместе с женой. Она целыми днями только и делает, что сплетничает с соседками. Я прихожу с работы, сам готовлю себе еду, сам занимаюсь стиркой. Вся работа по дому на мне”. Мой приятель спрашивает: “Вы родом из каких краев Италии?” Он ответил: оттуда-то. “А ваша жена откуда родом?” Он назвал другое место. Тогда мой друг объяснил ему: “Вы выросли в тех краях Италии, где принято, чтобы мужчины относились к своим женам с добротой. А ваша жена родом из мест, где любящий муж выражает свои чувства тем, что исправно поколачивает свою половину. Когда вы придете домой и не обнаружите никаких признаков обеда, всыпьте своей жене как следует и добавьте на словах: “Чтобы к моему приходу обед был на столе”. Результат превзошел ожидания, а все потому, что муж проявил любовь, ведь в ней с детства было заложено: бьет — значит любит.

Индивидуальность Розы проявляется в том, что она держится с мужчинами независимо, словно бросая им вызов — докажите, что вы сильнее. Вот и следует доказывать.

Зейг: Кажется, Карл Витакер сказал, что любое лечение начинается с борьбы. И терапевт должен быть готов к этой борьбе, иначе не получится никакой психотерапии. Каждый пациент приходит и начинает испытывать тебя на прочность.

Эриксон: Он хочет выяснить, есть ли у тебя достаточно сил, чтобы помочь ему, а это подразумевает борьбу. Или ты мягкий и покладистый, как хотелось бы, или, напротив, сильный и напористый, что и требуется?

Один молодой доктор, грек по национальности, был, кажется, трижды женат. И каждый раз его выбор падал на американку. Он был родом из тех мест в Греции, где были сильны матриархальные устои. Каждую новую попытку создать семью его мать сопровождала напутствием: “Вот поживешь с ней несколько месяцев, а потом я тебя с ней разведу, и ты сможешь посвататься к другой девушке”. Об этом я узнал от самого доктора. Я выслушал и его мать, которая мне поведала каким, по ее представлениям, должен быть настоящий жених. В свадебное путешествие он должен отправиться со своей мамочкой, а невеста пусть сидит дома. И вообще, она должна быть рабыней матери мужа. Приблизительно представляя, каковы будут последствия моих слов, я все же твердо заявил, что ее сын — американец и имеет право жениться на ком хочет. А поскольку мамаша проживает в Америке, то не имеет права превращать жену сына в свою рабыню. Сын слушал, вытаращив глаза, а мамаша разразилась потоком греческих слов. Сын был потрясен. Он даже не догадывался, что его мамаша знает подобные выражения.

У меня на приеме была одна девушка, родом из Испании, из мест, где, наоборот, преобладал патриархат. Там невеста отправлялась в свадебное путешествие с отцом, а жениха оставляли дома.

Она оказалась мудрой пациенткой. Когда я навестил ее с мужем после свадьбы, меня представили ее отцу, который приветствовал меня словами: “Так это вы тот человек, который посоветовал моей дочери отправиться в свадебное путешествие с мужем, и теперь она не перестает мне твердить, что у меня нет никаких прав”. “Совершенно верно”, — ответил я.

А свекровь-гречанка каждый Божий день заявлялась в дом к невестке и давала указания, что ей делать, что готовить, как расставить мебель. Пока я не сказал ей: “Я предупредил вашу невестку, что когда у нее иссякнет терпение, пусть скажет: “Ты хочешь, чтобы я вызвала доктора Эриксона?””

Зейг: Обращение к высшему авторитету.

Эриксон: Свекровь немедленно испарилась. А вот у Беатрисы (имя пациентки, о которой Э. рассказывает З.) родная мать была невыносимый диктатор. Она пришла ко мне и стала излагать свои требования к Беатрисе. Я ответил: “Вы так много времени проводите рядом с Беатрисой, что вам следует отправиться к себе домой”. В тот же день ко мне зашла Беатриса и сообщила: “Мама так разозлилась, что немедленно отправилась домой пешком”. Ничего себе, шесть миль пути до того места, где она живет. “Она отправилась пешком в аэропорт, даже не захотела, чтобы я ее подвезла”.

Зейг: Меня трогает твоя готовность помочь в подобных ситуациях. Твое вмешательство отличается крайней решительностью.

Эриксон: В процессе лечения сталкиваешься с различными моделями поведения. И надо уметь определить, насколько решительным должно быть вмешательство.

Зейг: Вернемся к видеозаписи. Мы остановились на том, что Роза оказывает сопротивление. Ты говоришь о сопротивлении и о том, что она собирается распрямить ноги. Затем ты говоришь, что она постарается настоять на своем. Поэтому она так не хочет распрямить скрещенные ноги. Упорство, видимо, ассоциировалось у нее с сохранением первоначальной позы.

Эриксон: Не надо делать из пациента раба. Надо просто пытаться помочь ему. Вы требуете от него сделать то одно, то другое, а ведь каждый из нас вырос с убеждением, что никто не смеет делать из него раба и он не обязан выполнять чьи-то приказы. И чтобы пациент раскрыл для себя свои возможности, приходится прибегать к гипнозу. Он узнает, что ему под силу сделать даже то, что, по его мнению, противоречит его желаниям. (Роза открывает глаза. Салли покашливает. Э. обращается к Розе.) Что же ты думаешь по поводу того, что я выбрал тебя?

Роза: *Мне хотелось проверить, смогу ли я не поддаваться вашему воздействию.*

Эриксон: *Так.* (Салли кашляет.)

Зейг: Обрати внимание на Салли с ее кашлем, это очень интересный момент. Смотри, что произойдет через мгновение после ее кашля. Твое внимание довольно надолго было отвлечено от Салли. Ты задаешь Розе вопрос: “Что же ты думаешь по поводу того, что я выбрал тебя?” В вопросе чувствуется позитивная нагрузка, и это в какой-то мере упреждает возможную негативную реакцию Розы. Ее сознание одобрительно воспримет тот факт, что твой выбор пал на нее.

Эриксон: Ну-ка, прокрутим назад. Смотри, как Роза повернула руку ладонью ко мне. Рука открылась в мою сторону (*Снова просматриваем эту часть пленки.*)

Зейг: Она отклонилась назад, а затем подалась вперед.

Эриксон: И все с открытой ладонью.

Зейг: Да, как будто хочет что-то получить.

Эриксон: Угу.

Роза: *Вот видите, я могу распрямить ноги.* (Она распрямляет ноги, а затем снова скрещивает их. Салли смеется и кашляет. Э. мгновение молчит.)

Эриксон (Розе): *Я же сказал, что ты распрямишь ноги.*

Роза: *Хм-м?*

Эриксон: *Я сказал, что ты распрямишь ноги.*

Роза: *Да, я могу.*

(Салли кашляет, и кашель вынуждает ее пошевелить левой рукой. Кто-то из студентов дает ей таблетку от кашля, и она кладет ее в рот. Затем она разводит руки в стороны и пожимает плечами в сторону Э.)

Салли: *Разве вы мне говорили, что я буду кашлять?* (Смеется, до-трагивается до Э. и снова кашляет.)

Эриксон: Кашель — ее собственность, и она его использует.

Зейг: Да. Она хочет по-своему доказать тебе это. Она берет таблетку от кашля, пожимает плечами в твою сторону, руки у нее раскрыты. Кашель ей понадобился, чтобы освободить парализованную руку. Она заметила появление симптоматического кашля. Она умница и поняла, что этим можно воспользоваться, чтобы освободить руку.

Эриксон: Она великолепно это продемонстрировала.

Зейг: Да, просто великолепно.

Эриксон: *О, какой ловкий, искусный ход!* (Салли кашляет и прикрывает рот рукой.) *Ай да умница, как интересно и хитро сумела овладеть своей левой рукой.*

Зейг: Очень удачный ход. Ты сказал: “О, какой ловкий, искусный ход”, “Как интересно и хитро сумела овладеть своей левой рукой” — и сделал легкую паузу.

Эриксон: Я оценил ее ход.

Зейг: Да, оценил.

Эриксон: Я дал ей почувствовать мое одобрение.

Эриксон: *Ты отделалась от паралича руки, начав кашлять.* (Салли кивает и кашляет.) *Как это тебе удалось?* (Салли смеется и кашляет.) *Да, рабыни из тебя не получится.*

Салли: *Думаю, нет.*

Эриксон: *Ты устала держать левую руку так высоко, как же ее опустить? — вот ты и начала кашлять...* (Салли смеется)... *и смогла опустить.* (Салли вздыхает и смеется.)

Кристина: *Можно спросить насчет того, что рука устала? Я считала, что в трансе человек не устает, в каком бы неудобном положении он не находился. Это заблуждение? У тебя правда рука устала... лежать так высоко? Или тебе стало неудобно сидеть в таком положении?*

Салли: *Хм, я ощущала, э-э... Мне было как-то не по себе... вроде чувство напряжения, но... м-м-м... я бы еще могла так сидеть.*

Кристина: *Могла?*

Салли: *Мне казалось, что могла. Да... сидеть так еще довольно долго... Хм-м. Знаете, было какое-то странное состояние, я...*

Эриксон: Она могла бы сидеть так еще довольно долго.

Зейг: Да, могла бы. Ты отключился от Салли с ее противоречивым желанием, с одной стороны, быть объектом твоего внимания, а с другой, сидеть где-нибудь позади. Ты занялся Розой, и Салли, со своей парализованной рукой, почувствовала себя заброшенной. Именно тогда она нашла выход: с помощью начавшегося кашля освободила руку и в то же самое время весьма искусно вернула к себе твое внимание.

Эриксон: И продемонстрировала, что она — правша.

Зейг: Я не заметил. Что она сделала?

Эриксон: Освободив левую руку, она все старалась прикрыть рот правой рукой.

Зейг: Угу.

Эриксон: То есть совершенно определенно она старалась освободить левую руку, чтобы прикрыть рот. Хотя для нее гораздо естественнее было бы прикрыть его правой рукой. (*Э. показывает на своих руках.*)

Зейг: Значит, она освободила левую руку, чтобы прикрыть рот, в то время как она правша и ей всего лишь надо было сделать это свободной правой рукой.

Эриксон: Салли продемонстрировала тонкий анализ ситуации.

Зейг: Причем она все понимала. Осознавала, почему у нее возник этот симптом. Но это неважно. Не имеет значения, что она действовала осознанно.

Эриксон: Правильно.

Зейг: Далее происходит следующее: Кристина задает вопрос. Салли начинает объяснять Кристине свои ощущения. То есть они как бы перехватывают инициативу, но ты этого не допускаешь. Ты прерываешь Салли во время ее ответа Кристине и снова становишься центром внимания.

Эриксон (перебивает Салли, обращаясь к Розе): *Тебя зовут Кэрл, верно?*

Роза: *Что?*

Эриксон: *Тебя зовут Кэрол?*

Роза: *Меня? Нет.*

Эриксон: *А как?*

Роза: *Вы мое имя спрашиваете?* (Э. утвердительно кивает.) *Роза.*

Эриксон (озадаченно): *Роза?*

Роза: *Как цветок “роза”.*

Зейг: Ты снова переключаешь все внимание на Розу, не давая Салли возможности привлечь внимание к своему кашлю. Ты преследуешь поставленную цель — работа с Розой.

Эриксон: Я держу ситуацию под контролем. Салли и Кристина пытаются перехватить внимание. Но я снова овладеваю ситуацией, причем Кристина этого даже не осознает.

Эриксон: *Хорошо. Итак, я заставил Розу продемонстрировать свое сопротивление.*

Зейг: А она придвинулась ближе.

Эриксон: Да.

Зейг: Она с интересом ждет, что ты скажешь.

Эриксон: Она по-другому понимает слово “сопротивление”.

Зейг: Она устраивается в той же удобной позе, какую приняла, когда ты упомянул раньше слово “сопротивление”. Дополнительное подтверждение.

Эриксон: *И Роза оказалась просто на высоте. Она продемонстрировала сопротивление, а затем и покорность, потому что глаза у нее все-таки закрылись. Как тебя зовут?* (Обращается к Салли.)

Салли: *Салли.*

Эриксон: *Салли. Итак, мне удалось показать, как Роза противится, но в конце концов уступает. (Салли улыбается.) А вот Салли, чтобы освободиться, раскашлялась и тоже проявила сопротивление.*

Эриксон: Она пододвинулась вперед.

Зейг: Когда ты повторил слово “сопротивление”. (Еще раз просматриваем часть пленки с индукцией, чтобы убедиться, что Роза действительно пошевелилась при слове “сопротивление”).

Зейг: Когда ты произнес “сопротивление”, она пододвинулась вперед и села поудобнее. Удивительно.

Эриксон: У нее было время “переварить” это слово.

Зейг: Да, и отреагировать, причем на совершенно подсознательном уровне. У нее уже выработался рефлекс. Ты произносишь слово “сопротивление”, и она тут же начинает поудобнее устраиваться в кресле.

Эриксон (Розе): Это ты подала Салли пример, последовав которому, она освободила руку.

Роза: Честно говоря, я закрыла глаза, потому что так было проще. Иначе вы продолжали бы повторять, чтобы я их закрыла. О’кей, сказала я себе, пожалуй, надо закрыть, чтобы вы перестали повторять одно и то же.

Зейг: Вот сейчас ты одобряешь Розу. Ты говоришь: “Это ты подала Салли пример, последовав которому, она освободила руку”. Почему ты одобряешь Розу за то, что она показала пример?

Эриксон: Надо пользоваться любым поводом, чтобы отдать человеку должное. Обращенное к Розе слово “сопротивление” Салли обернула в свою пользу. Я высказал свое одобрение Розе, но его в определенной мере приняла на свой счет и Салли.

Зейг: Приняла на свой счет и Салли. Замечательно. Тем самым между ними устанавливается определенная связь.

Эриксон: Так. Но ты закрыла их. А Салли оказала сопротивление, следуя твоему примеру, правда, косвенно, через кашель. (Салли улыбается.) Умница. (Салли кашляет и прочищает горло.) А как ты собираешься освободить ноги? (Салли смеется.)

Салли: Хм, да просто освобожу. (Э. ждет. Салли смеется.) Вот смотрите. (Прежде чем пошевелить ногами, Салли озирается вокруг. Э. смотрит ей на ноги и ждет.)

Эриксон: Забавная ситуация, но это не ребячливость.

Зейг: Это становится игрой.

Эриксон: Со мной.

Зейг: Она играет с тобой.

Эриксон: Она словно делится со мной чем-то забавным. Как будто только мы двое знаем, в чем дело.

Зейг: И тогда ты делаешь так, чтобы ее чувство сопротивления приобрело положительный оттенок?

Эриксон: Чтобы ее ощущение общей со мной тайны приобрело положительный оттенок.

Зейг: Да, но до того, как она пошевелилась, у нее могли бы появиться отрицательные ощущения. Но ты это предотвратил, воспользовавшись ее кашлем. Ты похвалил ее за ум и сообразительность. Теперь ты спрашиваешь, как она собирается двигать ногами, и тем самым закрепляешь ее транс и свой контроль над ситуацией, но все это в шуточной форме.

Эриксон: Нам обоим нравится эта игра. Так и должно быть.

Зейг: Чему еще ты учил группу, проводя эту индукцию?

Эриксон: Установлению позитивного раппорта.

Эриксон: Видите, что она сделала? Для начала воспользовалась визуальной подсказкой. Она поискала, куда бы ей переставить ногу.

Зейг: Сначала она посмотрела, куда бы ей переставить ногу. Это была сенсорная реакция.

Эриксон: Да, ее сенсорная реакция. Произнесенное мною слово “визуальный” побудило ее к зрительному действию.

Зейг: Прежде чем пошевелить ногами, она осмотрелась, и ты снова отмечаешь здесь диссоциацию.

Эриксон: Угу, и держу эту диссоциацию под контролем. Своим сотрудничеством она сама помогает мне поддерживать контроль.

Эриксон: Сенсорный процесс понадобился ей, чтобы вызвать мышечную реакцию. (К Салли.) Как ты теперь встанешь?

Салли: *Вот так и встану.* (Салли со смехом смотрит вниз, затем с усилием отрывается от кресла, упершись руками, и встает. Э. смеется.)

Эриксон: *Ты всегда встаешь с таким усилием?* (Салли смеется и прочищает горло.)

Эриксон: Она переориентируется в своих мускульных движениях.

Зейг: Да, но это медленный процесс, и она снова смиряется с трансом. А ты сразу же снова вспоминаешь о конфете. Когда в трансе она ощущала себя маленькой девочкой, ты внушил ей, что она получила от тебя конфету. Напоминание о конфете помогло установить раппорт и доверие.

Эриксон: *Ты уверена, что съела конфету?*

Салли: *Сейчас, что ли, или раньше?*

Эриксон: *Раньше.*

Салли: *Да, конечно. Но я помнила, что это было внушение.*

Эриксон (придвигается ближе к Салли): *Как ты думаешь, ты сейчас совсем проснулась?*

Зейг: “Как ты думаешь, ты сейчас совсем проснулась?” Это прелюдия к следующему трансу. Ты заговорил о конфете, а это переориентировало ее на предыдущий транс, стало быть, все готово для следующего. Это замечательная работа, помнишь, ведь у нее были сомнения. У нее очень уклончивый характер, а тебе удается направить ее сомнения в положительное русло.

Салли (смеется): *Да, думаю вполне проснулась.*

Эриксон: *Вполне проснулась. Сейчас ты не спишь?*

Эриксон: Она слегка приблизилась ко мне.

Зейг: В этот момент Салли придвинулась к тебе. Затем она говорит: “Вполне проснулась”. Ты спрашиваешь ее в упор и ждешь конкретного ответа на свой вопрос: “Ты проснулась?” Она отвечает “да”, и ты спрашиваешь: “Ты уверена?” Обычно она сомневается в своих ответах, но в предложенном тобою контексте ее сомнения приобретают положительное направление.

Салли: *Нет, не сплю.*

Эриксон: *Ты уверена?*

Салли (смеется): *Да.*

Эриксон медленно поднимает ее левую руку. Руки у нее были сложены в замок, он разъединяет их и поднимает левую руку за запястье.

Салли: *Рука как будто не моя.*

Эриксон: *Что?*

Салли: *Рука словно не моя... Когда вы это делаете. (Э. отводит руку, и рука Салли каталептически повисает. Э. смеется, и Салли смеется.)*

Эриксон: "Рука словно не моя". Я поддерживал с ней постоянный контакт; у нее было время подумать: "Рука не моя".

Зейг: Сначала ты заставляешь ее четко ответить, что она проснулась. Тонус при этом у тебя резковат, поэтому она так уверенно отвечает. Затем ты поднимаешь ее руку, как делал в первом трансе, и говоришь: "Теперь ты не так уверена, что не спишь". Как правило, ее утверждения нечеткие, уклончивые. Твоя формулировка "не так уверена" сродни ее обычной манере, и она соглашается, что она не так уверена, что не спит.

Салли (улыбаясь): *Да, не так уверена. Я не ощущаю тяжести правой руки, моя правая словно ничего не весит.*

Эриксон: *Не ощущает тяжести. Вот и ответ на твой вопрос, не так ли? (Обращается к Кристине.)*

Эриксон: Смотри, Роза поднимает левую руку к лицу.

Зейг: Подражает.

Эриксон: Роза поднесла руку к лицу.

Зейг: Роза подражает Салли?

Эриксон: Угу. И старается убедиться, что может опустить руку обратно.

Зейг: То есть в одно и то же время она подражает и сопротивляется. Ей хотелось узнать нечто на собственном опыте. Она экспериментировала на бессознательном уровне, прислушиваясь к собственным ощущениям.

Эриксон: Но вначале она поднимает руку, вовсе не ощущая самого движения. Она осознала, что ее рука движется, только когда опускала ее. Давай внимательно посмотрим эту часть еще раз.

Эриксон (к Салли): Можешь ее так держать или рука поднимается к лицу? (Э. делает движение левой рукой вверх.)

Зейг: Мне кажется, ты сделал интонационное ударение на первой части предложения: "Можешь ее так держать?", и левой рукой смоделировал движение. Но, мне кажется, она отреагировала на подчеркнутую интонацию. У нее был выбор. Поскольку у нее сильнее выражена словесная ориентация, чем визуальная, она отреагировала на интонацию.

Эриксон: Вот почему так важно изучать, изучать и еще раз изучать того, с кем работаешь.

Зейг: Не уставай напоминать мне об этом.

Эриксон: Я напомнил потому, что ты не заметил, что у Розы движение руки вверх отличалось от ее движения вниз.

Салли: Хм-м. Вероятно, смогу так удерживать.

Эриксон: Приглядывай за рукой. Думаю, она поднимается вверх.

Салли: Э-э... нет. (Отрицательно качает головой.)

Зейг: Ты внушаешь поднятие руки, тем самым снова контролируя и направляя последующие действия.

Эриксон: Она начнет подниматься небольшими рывками. (Пауза. Салли смотрит прямо перед собой, затем переводит взгляд на Э. Салли отрицательно качает головой.) Ты, возможно, почувствовала первый рывок. Вот она поднимается. (Салли смотрит на свою руку.) Видишь этот рывок?

Зейг: Здесь слово "рывок" может быть истолковано двояко. Помнишь, Салли опоздала. Она неоднократно повторяла, что чувствует себя неловко оттого, что прервала занятия. В то время, как ты говоришь о "рывках" и вы наблюдаете за ними, в поле ее периферического зрения должна находиться вся группа. Ты

хотел вызвать у нее одну из двух ассоциаций — избавить ее от чувства неловкости или, наоборот, напомнить о нем?

Эриксон: Нет, не хотел.

Салли: Когда вы говорите, я действительно чувствую.

Эриксон: Что?

Салли: Когда вы говорите о толчке, я его чувствую.

Эриксон: А всех рывков ты не чувствуешь?

Салли: Хм-м-м.

Эриксон, взяв ее руку за запястье, медленно и постепенно подталкивает ее вниз. Затем он убирает свою руку.

Эриксон: Я очень мягко и настойчиво подталкивал ее руку вниз.

Зейг: Да, и Салли сопротивлялась.

Эриксон: Я пригибал ее руку вниз, затем перестал. Рука приостановилась в приподнятом положении, но потом опустилась в точном соответствии с приданным мною направлением.

Зейг: Можно еще раз подчеркнуть, что она признает твою власть, особенно на несловесном уровне.

Эриксон: Я опускал твою руку, а ты сопротивлялась, верно?

Зейг: Она сопротивлялась, когда ее руку опускали, таким образом, в слово “сопротивление” вкладывается новое ощущение. Она препятствовала тому, чтобы ее руку опустили.

Эриксон: Но она продолжала поддерживать установившуюся со мною связь.

Зейг: Именно так. Ты дал точное определение.

Салли: Да.

Эриксон: Зачем?

Салли: Так, как было, тоже неплохо. (Смеется.)

Эриксон (улыбается): *Так, как было... неплохо.*

Зейг: Ты заканчиваешь с ней второй транс и начинаешь рассказывать историю о “Золотых Ножках”. Смысл ее в том, что можно выйти победителем из самых сложных перипетий. Салли оказалась в центре твоего внимания, ты заставил ее пережить очень сложные чувства, когда в самом начале дня поставил ее в неловкое положение на глазах у всех. Затем ты рассказал другую историю, приблизительно о том же, что произошло с Салли, но с положительной концовкой. То есть, чтобы увереннее ощущать себя в жизни, нужны большая гибкость и широта взглядов.

Хорошо. Какова цель второго трансa у Салли, с поднятием руки рывками?

Эриксон: Я здесь преследовал несколько целей. Я работал со всей группой, но для иллюстрации выбрал Салли, а затем счел уместным подкрепить показанное историей, которая как раз подходила лично к Салли и оказалась интересной для всей группы.

Зейг: Да, ты одновременно обучал и всю группу. Тонкая работа, ничего не скажешь. Ты излагаешь некое положение, затем в качестве иллюстрации рассказываешь соответствующую историю и потом демонстрируешь то же самое “живьем”, в аудитории. А зачем все-таки понадобился второй транс с движением руки?

Эриксон: Могу рассказать тебе историю. Как-то в Англии один молодой человек зашел в клуб для пожилых джентльменов. Затеяв разговор с одним из членов клуба, он спросил: “Вам приходилось заниматься горным восхождением?” “Да, однажды”, — ответил старший. Они перешли на другую тему. “Вам пришлось путешествовать за границей?” — спросил молодой. “Да, однажды”, — ответил старший. Тут в гостиную вошел сын пожилого джентльмена. Последний представил сына своему собеседнику: “Это мой сын”. “Единственный сын?” — поинтересовался молодой человек.

Я не хотел, чтобы это был единственный транс, ибо тогда все замыкается на этой единичности. Если возможен второй транс, то возможен и третий, и четвертый, и пятый. А знание этого позволяет логически продолжить мысль: “Я могу получить транс и через десять лет”.

Зейг: Продолжить мысль в будущее. Хорошо.

Так, я хочу прояснить с твоей помощью еще один момент. С предельной точностью ты работаешь с Салли и Розой, не выпуская из виду ничего из происходящего. Ты работаешь с клиентом в теснейшем контакте и с предельной точностью. Но когда ты переходишь к своим рассказам и назидательным историям,

слушатели обычно не воспринимают их “прицельную” направленность. Это как в рассказах О’Тенри — все разъясняется только к развязке. Но они не улавливают тех тонких ходов, которые привели именно к этой развязке. В своей преподавательской методике ты не придаешь этому особого значения. Кто уловил, тот уловил, а нет, так нет.

Эриксон: Людям свойственна лень. Если я начну вникать в тонкости, им все надоест.

Представь, как много людей, познакомившись с нашим учебным анализом, поймут, что они проглядели массу деталей. А ведь им казалось, что они все заметили.

Я помню как ко мне через месяц после занятия пришел доктор Р. с расшифровкой стенографической записи этого самого занятия. Он попросил объяснить какое-то слово, скажем, на восьмой странице. Затем на шестнадцатой странице я объяснил ему другое слово, исходя из данного мною толкования слова на восьмой странице. “Вы это, верно, сейчас придумали?” — усомнился Р. “Нет, давайте еще раз просмотрим старую запись”. Я объяснил ему, что чуть-чуть необычное толкование слова может через восемь страниц привести к совершенно новому его толкованию.

Два месяца спустя доктор Р. опять явился ко мне с записью того же занятия и опять попросил дать ему разъяснения по поводу отдельных мест. Он попросил другую секретаршу сделать новую расшифровку, а затем сверил мое первое толкование с повторным, и они сошлись слово в слово. Доктор Р. научился подробно все записывать, но он не мог понять, что я вижу гораздо больше подробностей, чем он.

Люди так самонадеянны. Когда доктор Р. в первый раз пришел ко мне со своей женой, у нее на ногах были сандалии на босу ногу. Он познакомил меня с женой, и я попросил ее оставить нас вдвоем с мужем. “Вы давно женаты?” — спросил я. “Пятнадцать лет”, — ответил он. “И вы пришли ко мне, чтобы научиться наблюдательности?” — “Да”. — “Вот вы женаты 15 лет. У вашей жены есть перепончатые пальцы на ногах?” “Нет”, — ответил он. “Однако это так. Когда я ее позову, не смотрите ей на ноги. Я задам ей тот же вопрос”. Когда она вошла в кабинет, я спросил, есть ли у нее перепончатые пальцы на ногах. Она сказала: “Нет”. “Вы уверены?” — переспросил я. “Да”, — последовал ответ. “Ваш муж тоже уверен. Давайте посмотрим и убедимся”. Между вторым и третьим пальцами обеих ног были перепонки. Люди так самонадеянны.

Зейг: У себя под носом не видят.

(Далее Э. рассказывает 3. еще несколько историй. Их цель — тренировка зрительной памяти и умение доверять своему бессознательному.)

СОДЕРЖАНИЕ

- 5 Здравствуйте, доктор Эриксон. Предисловие Л.М. Кроля
- 7 О Милтоне Эриксоне, докторе медицины.
Предисловие Дж.К. Зейга
- 11 Терапевтические истории Эриксона. Дж.К. Зейг

СЕМИНАР

- 33 Понедельник
- 74 Вторник
- 114 Среда
- 163 Четверг
- 215 Пятница

- 268 Приложение. Комментарий к индукции с Салли и Розой

СЕМИНАР С ДОКТОРОМ МЕДИЦИНЫ
МИЛТОНОМ Г. ЭРИКСОНОМ
(УРОКИ ГИПНОЗА)
Редакция и комментарии доктора Джеффри К. Зейга

Перевод Т.К. Кругловой

Научный редактор Е.Л. Михайлова
Редактор И.В. Тепкина
Компьютерная верстка С.М. Пчелинцев
Главный редактор и издатель серии Л.М. Кроль
Научный консультант серии Е.Л. Михайлова

Изд.лиц. № 061747
Гигиенический сертификат
№ 77.99.6.953.П.169.1.99. от 19.01.1999 г.
Подписано в печать 05.11.2002 г.
Формат 60×88/16. Гарнитура Оффисина. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 21. Уч.-изд. л. 16,3. Тираж 2 тыс. экз.
Заказ №

М.: Независимая фирма "Класс", 2003. — 336 с.
10310, Москва, а/я 85.
E-mail: klass@igisp.ru
Internet: <http://www.igisp.ru>

ISBN 0-87630-247-9 (USA)
ISBN 5-86375-005-7 (РФ)

Отпечатано в ППП "Типография НАУКА".
121099, Москва, Шубинский пер., 6.