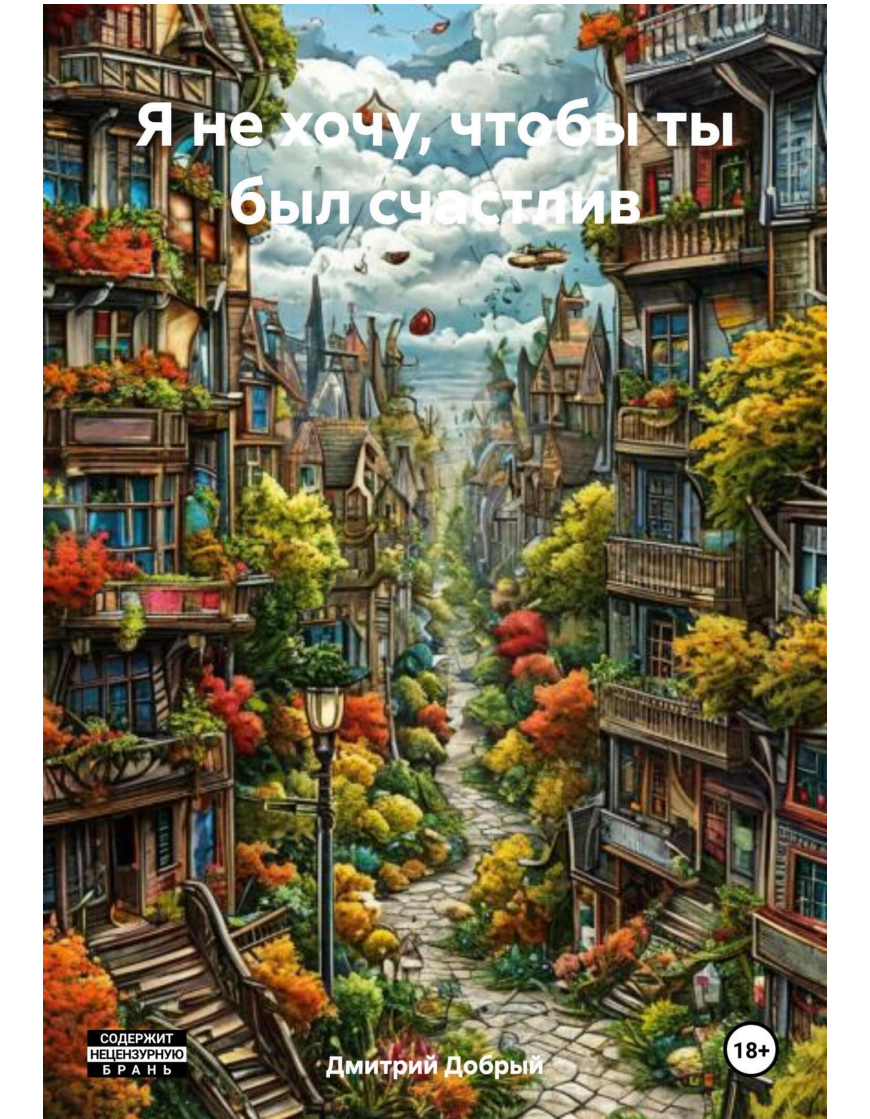




Я не хочу, чтобы ты
был счастлив

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

Дмитрий Добрый

18+

Дмитрий Сергеевич Добрый

Я не хочу, чтобы ты был счастлив

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72013093

SelfPub; 2025

Аннотация

Набор комично-трагичных историй без общего внятного сюжета, написанный в рамках психологического эксперимента, освещает темы самореализации, профорientации, проживания собственной жизни, имитации заболеваний, половых девиаций и прочих тем, которые любой "здоровый взрослый", увлекающийся психологией слышал уже не раз.

Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ К ЭЛЕКТРОННОМУ ИЗДАНИЮ	5
ПРЕДИСЛОВИЕ	7
ЛЮДИ, КОТОРЫЕ НАМ ПОМОГАЮТ	19
ФИГУРА МАТЕРИ	35
КОРОТКОЕ ЗНАКОМСТВО	72
Конец ознакомительного фрагмента.	79

Дмитрий Добрый
Я не хочу, чтобы
ты был счастлив

ПРЕДИСЛОВИЕ К ЭЛЕКТРОННОМУ ИЗДАНИЮ

Первая версия книги была опубликована в конце 2023 года под моей предыдущей фамилией. Изменение фамилии в рамках психологического эксперимента это не единственное изменение в профессиональной и личной сфере, произошедшее со мной за последние два года. Я получил переподготовку в клинической психологии и схема-терапии. Выступил в роли редактора и переводчика книги Р. Хоффмана «Развод с родителями», на которую в своих трудах ссылается Пит Уолкер. («Комплексное ПТСР»).

Произведение Хоффмана представляет ценность для психологии, скорее с точки зрения истории психологии. Книга, изданная в 1973 году дает обзор клиентских запросов США того периода. Как не трудно догадаться по названию, автор видит наших родителей, а точнее их негативное программирование источником всех наших бед, что делает это произведение как некогда актуальным именно сейчас, когда о сепарации нам докладывают, что называется, из каждого утюга.

По моим наблюдениям, методы из книги 1973 до сих пор не устарели и продвигаются большим количеством психологов. Все вышеописанные события помогли мне окончательно оформиться с психологическим подходом, как к клиентам,

так и к собственной жизни. Подробнее обо мне можно прочитать на моем сайте и на профильных ресурсах. Я ожидал, что за последние два года, произойдет какое-то переосмысление собственной книги, написанной так же в рамках психологического эксперимента и в режиме жесткого дедлайна и она будет "списана в утиль". Но этого не произошло, произведение кажется мне до сих пор актуальным, и, хотя оно не содержит конкретных методик, я рекомендую его своим клиентам для общего развития.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Как-то, возвращаясь домой после бара, я разговорился с таксистом. Выражаясь терминологией моего отца, это был просто «треп для расслабона» или так называемый small talk (явление американской культуры, разговор ни о чем для вежливости), таксист хвастался тем, как он бросил курить, и я спросил, как же ему это удалось... Ответ был в лучших традициях запускания шариков в небо и прочей нельзязграм-терапии: «Я полюбил себя». Таксист занялся саморазвитием – абсолютно ничего плохого.

Я бы провел тут аналогию со словами, которые приписывают Д. Рокфеллеру или Б. Баруху: «Когда вы услышите, что об акциях начинает говорить чистильщик ботинок, знайте – пришло время продавать». Суть которых – выдержит ли рынок ценных бумаг усиленное внимание от людей, у которых акций в принципе быть не должно.

Полюбил себя – что именно он имел в виду? В эру сциентизма и магического мышления очень важно определяться с терминологией. То, что в народе называется трансерфингом реальности, астрологией, сигналами в космос и прочими ноу-хау из «индустрии счастья», в психиатрии именуется магическим мышлением, это расстройство мышления – у человека возникает ложное убеждение, что чьи-то или

собственные мысли или слова могут вызывать или предотвращать какое-то конкретное событие, это противоречит общепринятому пониманию причинно-следственной связи. Об этом можно написать отдельную книгу.

Я задал ему вопрос о том, как же мне сделать то же самое (полюбить себя), если, допустим, меня никогда никто особо не любил, включая моих родителей. Ответ вызвал у него явные затруднения. Тогда я уже использовал специальный термин и часто говорил, что принадлежу к так называемому «поколению недолюбленных детей».

Мы путешествуем онлайн по мирам чтения аффирмаций, саморазвития и поедания лягушек (22). Делаем фокус на себе, устанавливая границы, смиряемся со своим дискомфортом, смиряемся со своим присутствием, выходим из зоны комфорта. Просто даем название динамике. Шутим о механизмах совладания, созависимых отношениях и избегающих стилях привязанности. Проецируем и декатектируем, драматизируем, демонизируем... С одной стороны, мы отменяем стигматизацию как класс, с другой – обесцениваем страдания людей, и все это в режиме самообслуживания.

Использование психологических терминов дает нам власть, возвышает в глазах собеседника и одновременно паталогизирует назойливую коллегу (это просто пример), которая слушает музыку или открывает окна в кабинете, где кроме нее сидит еще несколько человек... Эту и другую проблему ведь сейчас достаточно просто решить – нужно просто

быть осознанным и глубоко дышать, закрыв глаза.

Писать я начал с детства, с подачи отца: во время путешествия по Европе на машине он предложил мне вести дневник (показал мне первую «картинку»), потому что мобильных телефонов тогда еще не было, а фотографии, сделанные на полароид, могли передать атмосферу событий лишь частично. Но этот дневник безвозвратно утерян, как и многие другие дорогие мне вещи, оставшиеся в доме матери.

Познакомившись с методами, которые применяются в разных школах психотерапии (горячий и пустой стул, письмо другу / врагу, метод возвращения подарка в эмоционально образной терапии, письмо в прокуратуру и прочими), я решил написать пару писем людям, которые меня когда-то обидели. Среди них были и родители. Письма родителям оказались настолько длинными, что их можно было публиковать как отдельные рассказы.

Тогда я решил, что лучше написать и опубликовать книгу, чем писать письма, которые будут отправлены лишь символически, и бить подушку теннисной ракеткой (да, тот самый классический прием для снятия агрессии без вреда для кого-либо). Хотя как консультант я придерживаюсь позиции, что такие письма лучше не то что не публиковать, но даже не отправлять своим адресатам (кроме случаев символической отправки).

Задача была непростая: изложить материал, смешанный из автобиографических историй, различных клиентских

случаев и размышлений о жизни, в один связанный текст. Формат подачи материала от первого лица меня не устраивал изначально, но уйти от него полностью не удалось. Сюжет как таковой отсутствовал, повествование получилось, мягко говоря, хаотичным.

В процессе преподавания иностранных языков я познакомился с Николаем, который как писатель-любитель в жанре научной фантастики дал мне несколько дельных советов: создать мини-фундамент повествования или подобие сюжета, позволить себе писать хаотичнее и смелее, потому что в современной литературе и так слишком много плана.

Возможно, вы уже представили себе типичного псевдоинтеллектуала, который бы языком *therapy talk* (язык психотерапевта) рассказывал вам, как именно надо жить, но я старался использовать минимум психологических терминов, ведь написание этой книги и так потребовало у меня немалых усилий – я переживал повторную психологическую травматизацию, во всех подробностях описывая события, о которых я тщательным образом пытался забыть, и они, казалось бы, были навсегда вычеркнуты из памяти. Коллегам в тот период пришлось несладко. Я был сам не свой...

Э. Берджес изящно вписал в канву истории эпизод изнасилования своей первой супруги в «Заводном апельсине». Могу только представить, какую повторную травматизацию испытывал автор, но как впечатляюще ему удалось трансформировать и спрятать эту историю во вселенную произведе-

ния. Писательство, как и лингвистика, было его ремеслом, поэтому внимание к деталям, таким как наличие русских слов, заимствованных после путешествия в Санкт-Петербург, добавило его произведению красоты.

У Э. Берджеса был своеобразный дедлайн, он решил написать книгу, деньги от продажи которой позволили бы содержать его семью, так как ему диагностировали рак мозга и поставили такой срок оставшейся жизни, который на написание книги не выделило бы ни одно издательство...

Своеобразный дедлайн был и у меня. Я вовсе не хотел, чтобы книгу прочитали определенные люди, как могло показаться, потому что на момент издания большинство прототипов персонажей или были мертвы, или уже начали общаться с Альцгеймером, или лелеяли надежду на то, что умрут раньше, чем начнется недержание мочи. Также был своего рода внутренний дедлайн – опубликовать до того момента, пока внутренний критик не превратит произведение в таблицу умножения.

В произведении И. Уэлша «Грязь» повествование идет не только от лица главного героя, но и от лица глиста, живущего в нем. В экранизации повествование изменено. В произведениях Ч. Паланика, как и в произведениях Б. И. Эллиса, отображены автобиографические события. Я перечислил тут все эти известные имена по нескольким причинам: дать достаточно подсказок относительно стиля написания, подчеркнуть роль событий из биографии автора и личных мотивов в

становлении произведения, а также подытожить мысль, что писатели, видимо, всегда, еще до того, как этот инструмент ушел в массы (напишите сказку, напишите письмо) и о нем узнали таксисты, преобразовывали личные травмы в своих произведениях.

В процессе написания произошли удивительные вещи – я стал жалеть тех людей, которых ненавидел. Письма и мысли трансформировались из «...а не пошли бы вы все, и желаю вам умереть в один день от самой болезненной формы онкологии» в тексты, полные сочувствия к людям, которые не знают, что сами делают со своей жизнью, и лишь в психологической литературе именуются громким и внушительным словом «фигура».

Что же делает человека счастливым в моем понимании? Воспитание. Образование. Карьера. Только знание дает опору в жизни.

Воспитательный процесс, знакомый нам из европейского и американского кинематографа – там, где подросток работает в старших классах, копит деньги на колледж и по достижении совершеннолетия покидает дом, – я долгое время отвергал, но теперь считаю правильным, даже принимая во внимания культурные различия между странами, но многие путают сепарацию и физическое дистанцирование.

Особенности воспитания нашего поколения. Когда рухнул СССР (в котором, оказывается, в школах тоже был буллинг – Железников В. К. «Чучело». – М., Детская литерату-

ра, 1981), на наших родителей хлынуло много новых явлений, соблазнов и свобод, казалось бы, даже такие безусловные вещи, как отличие воспитания девочек от воспитания мальчиков, ставились под сомнение.

В «Чучеле» сценарист и режиссер подняли ряд интересных вопросов. Сюжет произведения основан на случае с племянницей сценариста, которая взяла вину на себя. У Железникова был личный мотив разобраться в природе детской жестокости.

И разбирался он, мое предположение, опираясь на фундаментальные и единственные доступные в его время труды по педагогике. Ничем другим я не могу объяснить, что Петька, стирая с доски, цитировал законы коллектива «меньшинство должно уступить», а один из школьников и вовсе упоминает Сухомлинского и Макаренко: «Несправедливость детей ожесточает, это вам и Сухомлинский, и Макаренко скажут».

В пьесе такого упоминания нет, но в экранизации, предположительно, эти строки были добавлены, чтобы хоть как-то научно аргументировать такую жестокость детей, в которую общество СССР, после премьеры фильма, даже отказывалось верить, и лишь малая часть допускала, что показанные события действительно были.

В кинофильме показан классный руководитель, которую волнует только будущий брак и переезд в Москву, женщина, встречающая детей у входа в школу с угрожающим выражением лица и усами (предположительно, тоже преподава-

тель). Центральные персонажи – дети... Родители в фильме показаны очень скупо либо не показаны вообще. Возможно, создатели фильма пророчески осознавали, что это второстепенные фигуры.

Родители есть у всех. Они могут быть плохими или хорошими. Их влияние лишь условно, и его можно и нужно вовремя исправлять.

«Those who educate children well are more to be honored than parents, for these only

gave life, those the art of living well, – это изречение приписывают Аристотелю. – Тех, кто хорошо воспитывает / образовывает детей, следует почитать более, чем родителей, ведь родители лишь дали жизнь, а учителя – искусство жить хорошо». В народе в ходу более лаконичные интерпретации этой мысли: «Отец не тот, кто семя дал, а кто воспитал», «Отец не тот, кто родил, а тот, кто воспитал», – суть которых сводится в основном к иллюстрации двух проблем современного общества – наличие отца в семье или же его отсутствие.

Так как же вообще воспитывать детей? В педагогике очень много разнотолков (16). Педагогика – это не точная наука, а длительный процесс с предположительным результатом. Многие преподаватели предполагают, как нужно делать, и дают советы, результат которых можно увидеть не скоро.

Но я могу пойти от обратного. Можно сказать, ценой жизни я нашел вариант, как делать точно не нужно... Одну из ос-

новых задач книги я бы сформулировал так: показать, как не надо делать, и что будет, если делать так, как не надо, с точки зрения педагогики и психологии.

Нам из каждого утюга кричат «сепарация», «всех абьюзеров заблокировать», «всех забанить», что является идеальным пособием для психопата, ведь сепарация – это не сжигание мостов, а их наведение (17). Но что же будет, если вовремя не найти опору в жизни?

Платить придется за все: за действие и бездействие. Что будет дороже? Иногда ответ очевиден в конце или середине жизни – дороже плата за бездействие. Избегание неудач не делает человека счастливым.

Образование. В современной системе образования профориентология – это такое же забытое искусство, как параллельная парковка. Интересно, что толпы психологов готовы за деньги, и очень большие деньги, помочь уже взрослому человеку с проблемами, которые можно было выявить и решить в детстве.

Я просматривал диплом о своем первом образовании и ужаснулся. Гуманитарная специальность в техническом вузе – уже смешно, но это было возможно в нулевых, смотрим предметы: этнография, социология, семиотика... Ощущение, что я и не получал первое образование вовсе, а просто занимался чем-то между школой и пособием по безработице... Какую опору в жизни мне могла дать эта малоубедительная бумажка? Некоторые родители думают, что дают де-

твом образование и помогают с карьерой, но дают лишь трату времени и работу.

Какую роль в нашей жизни играют учителя? Выбор и получение образования – один из важнейших этапов в нашей жизни, но учителя, к сожалению, занимают низшую ступень в социальной иерархии.

К ним все чаще публично демонстрируется неуважение как к классу: это и советы идти в бизнес, если не устраивает доход, гонения и увольнения из-за фотографий в купальнике, выложенных в социальные сети. В какой-то момент прислушиваться к мнению человека, который зачастую видит сильные стороны детей лучше самих родителей, стало не модно.

Конечно же, перед публикацией я слышал много аргументов против такой подачи информации, которая зачастую была охарактеризована как «нытье», и приводилось очень много примеров родителей, демонстрирующих еще гораздо более наплевательское и иной раз более насильственное и опасное поведение по отношению к своим детям. Но у обиженных людей ведь тоже есть право голоса, не так ли?

Удивительно, что социум, который вздохнул с облегчением, увидев десять сезонов сериала о жизни элиты США в одном из самых престижных курортных городов Санта-Барбаре, штат Калифорния, осуждает и не принимает критику детьми своих финансово адекватных родителей. Под финансово адекватными я понимаю родителей, значительно участвующих в жизни

детей финансово. Многие думают, что в богатой семье априори счастливое детство. Повествование о «счастливом детстве» в обеспеченной семье продолжил уже пасынок Р. Быкова П. Санаев в произведении «Похороните меня за плинтусом».

Все мы знаем истории о финансовой неспособности некоторых родителей оказывать помощь своим детям или заплатить за желаемое образование, но и у таких историй есть

преимущества: человек выбирает и делает то, в чем он действительно хорош, и родители, у которых нет бизнесов или финансовой возможности заплатить за образование детей, уж точно реже лезут в их жизнь с радикальными советами относительно выбора профессии.

Переходим к секции благодарностей. Выражаю признательность: психологу Юлии М. за взгляд на проблему имитации болезней под новым углом, моему психологу Светлане М. за посильную помощь, моему школьному преподавателю Ю. Б. Майорской, которая делала для учеников очень многое, преподавателю и коллеге Татьяне, которая преподает не только свой предмет, но и жизненную философию. Психологам Алтайского кризисного центра для мужчин. Образовательному центру «Метафора». Николаю Н., Николаю В.

«Отцу я благодарен за то, что живу, а учителю за то, что живу достойно» (“I am indebted to my father for living, but to my teacher for living well»), – А. Македонский. Конечно, нам не всем посчастливилось иметь таких учителей, как Аристо-

тель (с Диогеном у Александра вообще, по преданию, не сложилось общение, что частично объясняло положение Диогена на рынке труда и странное отношение к недвижимости). Поэтому еще одним ключевым моментом для меня было издание этой книги в Год учителя, ведь книга – это и есть учитель для тех, у кого ближе никого нет рядом. Каждый писатель несет ответственность за читателя.

А теперь минутка правовой информации. Сообщаю, что я белый цисгендерный гетеросексуальный мужчина, и извиняюсь за это. Все события, описанные в книге, являются художественным вымыслом. Совпадения с реальными людьми – случайность. Автор выражает личное оценочное мнение.

ЛЮДИ, КОТОРЫЕ НАМ ПОМОГАЮТ

– Я и говорю: знаете, эта вся тема с барбершопами – просто продукт маркетологов, высосанный из пальца...

– А где вы стриглись раньше?

– Ну... лет десять до развода я стригся просто рядом с домом, в совдеповской такой парикмахерской... где была такая тетка-владелец и стрижки а-ля «теннис» и «полубокс». Эмм... меня смущает эта конструкция... как будто волосы тут находятся формально и спрашивают моего разрешения там находиться.

– Можно попробовать стрижку короче, но в следующий раз.

– У меня есть фотка. Я как-то в командировке подстригался в случайной гостинице, и это было идеальное соотношение коротких и длинных волос.

– Покажите, попробуем повторить...

Я даю ей телефон, чтобы она по инерции после фото моей стрижки свайпнула влево... или вправо... и там и там был заботливо оставлен мой дикпик. Я знаю тысячу способов показать неприличную картинку.

В нашем обществе уже практически стерта грань между

экспозиционизмом и целой индустрией интим-трансляций и навязчивой интернет-рекламы, в последнем случае лишь просят подтвердить возраст перед просмотром. Мужчины в длинных плащах из парков переместились в соответствующие вебкам-сервисы.

На стене его кабинета среди множества регалий висел и первый диплом. Он получил образование в сфере психологии и поначалу был вынужден искать свое применение в прикладных сферах вроде подбора персонала и поддержки рабочих групп.

Лишь первые консультации при психиатрической больнице вызывали у него тремор и желание покурить, но примерно через год все уже дошло до автоматизма, отвлечься во время консультации на входящее голосовое сообщение он никогда не считал дурным тоном.

Во время онлайн-консультаций бывали периоды, когда он также работал механически, а то и вовсе смотрел порно без звука параллельно сеансу.

– Кто у нас на 19-00? А, та, которая «я уже 4 дня на кето-диете, но вешу по-прежнему сто сорок килограммов, что мне делать?».».

Начиная сеанс с дежурных «С чем пришли?», он открывал вкладки с досугом для взрослых или версию приложения для знакомств, чтобы его взгляд смотрел в камеру, демонстрируя истинное участие в проблемах клиента.

Во время одного из таких сеансов появилась реклама, в

которой его призывали «осознать свою травму», купив пилатес-ретрит в Горном. «Нелепо, – подумал он. – Я не пережил сексуального насилия. Я никогда не был в зоне боевых действий».

«Но, – возразил мозг, – после четырех сезонов пандемии тебе не больно? Проблемы твоей матери! Проблемы с твоим папочкой!» Курсор навис над баннером...

...Но меня отвлекло входящее сообщение.

– Как заставить себя жить?

– Не знаю, мужик, у меня в понедельник был пациент, которого уволили родители, и он сам поместил себя в дурку. А у тебя какой кризис? Кризис неудобных трусов?

Из проводимых для продуктовых сетей тренингов он осознавал, что в личной жизни очень много из сферы FMCG (fast moving consumer goods / речь идет о товарах с частой периодичностью покупки), например, что даже френд-зону необходимо регулярно подвергать ротации по принципу FIFO и LIFO (last in first out / первый зашел – первый вышел).

Из дружественной зоны всегда можно кого-то поймать, необходимо лишь было периодически напоминать о себе, – мамочку, которая только что развелась, подругу, которая лишилась работы, и ей теперь не до карьеры, а значит, надо поискать кого-то в плане личной жизни, и причем быстренько. Чем больше френд-зона, тем больше вероятность что-то найти...

Когда они выпивали после успешной сдачи сессии перво-

го курса, тот самый Андрюха, который вернулся из кустов с платком на шее, оказавшимся вовсе и не платком, а чьи-то рванными стрингами, удачно помог психологу издать первую книгу в рамках очередной благотворительной программы Фонда по поддержке событий культуры регионального значения.

Как хорошо, когда студенческие приятели становятся в жизни хоть кем-то... Наивны те люди, которые думают, что мы получаем лишь дипломы и профессии. За годы в университетах мы получаем связи и стартовую репутацию, первое впечатление, которое, как правило, сложно испортить.

С другой стороны, Гитлер не смог получить желаемое художественное образование, в то время как Оруэлл закончил Итон (14, стр. 8). И с таким образованием, казалось бы, все дороги при службе в колониальной Индии были открыты, но он сделал поворот в сторону социалистической партии, и они закрылись.

Иной раз взаимосвязь между карьерой и жизненным путем не столь очевидна, также как и желание воспользоваться полученным образованием. Надо также учесть, что многие люди путают карьеру, профессию и работу. У большинства есть только работа...

Чем приличнее учебное заведение, тем более влиятельными людьми станут ваши одноклассники и приятели по университету. Очень серьезные вакансии распределяются на закрытых форумах известных университетов среди перспек-

тивных выпускников, даже не выйдя на внешний рынок вакансий. Но наивные абитуриенты колледжей термоуниатных наук и сыроделия верят в свое светлое будущее.

Его отец хотел, чтобы «в семье был врач», но у нашего психолога не хватило чего-то, чтобы стать не то что хирургом, но хотя бы психиатром.

Поэтому на том этапе, когда он уже перестал носить очки без диоптрий для имиджа, его волновало только, сколько очков он забьет на этой неделе. Его реплики на сайте знакомств были записаны в отдельные заметки, для экономии времени, и были выверены как надежные продающие сценарии.

Он часто показывал пациентам игральную кость.

– Как вы думаете, что это?

– Это игральные кости...

– Верно, но для меня это еще и жизненная философия. В ситуациях, где варианта выбора более, чем два, я просто присваиваю вариантам номера и кидаю этот кубик, потому что жизнь – это игра чисел, и тот человек, который совершает действия вместо бесконечного обдумывания вариантов, имеет больше шансов на успех с чисто математической точки зрения.

Сегодня у него был сложный пациент, это была девушка, которая по непонятным ее родителям причинам приняла другую религию и стала носить традиционные одежды, скрывающие все тело...

– И тогда я сказала своим одноклассникам, что мне про-

сто стремно будет сидеть с ними за одним столом, если они сейчас закажут алкоголь...

– Что вы почувствовали в этот момент?

Это был даже не психологический, а детективный кейс. Обычно такие радикальные смены мировоззрения происходят, когда появляется супруг исповедующий такую же религию. Но в данном случае он отсутствовал. Со слов родителей, что-то произошло с их дочерью. Она училась на дневном отделении, никто в семье не исповедовал эту религию, а потом успехи в учебе пошли на спад. Ее отчислили, случаев насилия не было, родители даже проверяли, не завербовали ли их дочь кто-то в ряды какой-то запрещенной религиозной организации.

Выяснилось, что девушка просто была влюблена в красивого парня, который никак не обращал на нее внимания, она думала о нем днем и ночью, погружалась в чтение религиозных книг, что никак не способствовало образовательному процессу.

Решение пришло само собой. Она была откровенно полной и с кривыми зубами. Был такой сериал «Не родись красивой», но она могла бы взять главную роль в сериале «Не родись уже совсем». Отчисление позволило ей прийти в группу заочников в новом качестве. Если бы она пришла в традиционной одежде в свою нынешнюю группу дневного отделения, ее буили бы еще больше.

И тогда она начала искать прикрытие, и нет надежнее и

безопаснее прикрытия, чем религиозное... Вы можете представить, чтобы девочка из фильма «Чучело» пришла на следующий год в традиционных одеяниях – подверглась бы она гонениям дальше? Скорее всего, нет... Ну и надо признать, девочка из «Чучела» в конце тоже сделала со своей внешностью радикальную трансформацию.

– А эта училка? Ее, как и мать моей пациентки, волнуют только мужики да переезд в Москву, а не дети.

Она никогда не была в центре внимания, но зато теперь, в традиционной одежде с непонятными подписями и статусами в соцсетях, она уж точно привлекала внимание. Как и большинство демонстративных личностей, ее особо и не волновало, какое это было внимание: позитивное или негативное, – лишь бы оно было.

К тому же как удачно традиционный наряд скрывал все недостатки фигуры... Как легко стало манипулировать матерью, угрожая сменить оригинальное имя на что-то традиционное из нового мировоззрения... Открылось столько окон возможностей...

На одной из конференций я задал вопрос спикеру, считает ли она, что некоторые заимствованные из европейских и американских направлений психологии методы могут неверно трактоваться лишь из-за нюансов перевода? Ответ был – однозначное «нет», с железобетонным аргументом, что если в языке нет слова, обозначающего зеленый цвет, это не будет означать, что носители этого языка не увидят его таким,

каким он является.

Из рук профессионалов в арсенал дилетантов и коучей переходят такие инструменты, как mmpri тест и прочие. А теперь представьте, что изначально они могли бы быть не так адаптированы? Возьмем пример, который просто стал нарицательным и в переводе обозначает абсолютно не то, что имелось в виду в оригинале, лишь по той причине, что на стадии развития общества нашей страны при первых переводах фильма о Джеймсе Бонде у нас в стране просто отсутствовала культура посещения баров, приготовления и употребления коктейлей.

Фраза, ставшая классикой, «вболтать, но не смешивать» в оригинале звучит как «shake, not build», что означает для бармена лишь способ приготовления коктейля, а именно в шейкере, а не просто наливая ингредиенты в стакан. Джеймс Бонд пил не вермут мартини, а коктейль «Мартини», который следовало готовить определенным образом. Тем не менее данная фраза была неверно адаптирована и истолкована, боюсь представить, что испытывал переводчик, когда перед ним ставилась задача перевести эту фразу.

– Ну вот, а «Над пропастью во ржи»?

– Тоже перевод буквально сложно было выполнить, особенно во времена СССР, отсутствовала культура понимания бейсбола, да и термины нам точно были не знакомы...

– Но целая страна брала на вооружение образовательные системы, модели и прочие фишечки...

– Я в середине чего-то важного. Споем позже...

Еще мой любимый тип пациентов, которые постоянно плачут. Можно просто сидеть и думать о чем-то. Всю сессию. Кто-то сам называет это сверхчувствительностью, в любой волнительной ситуации накатываются слезы (11). Возможно, им просто негде больше плакать и нужно, чтобы кто-то стал для них ушами и точкой опоры... Можно оценивать тревожность по Ханину-Спилбергу. Слезливые – это часто дети пьяниц и дебоширов, и слезы – это механизм снятия напряжения. Можно просто давать наводку, чтобы они уделяли время тому, что приносит им удовольствие, или уже набивший всем оскомину «фокус на себя»...

Можно дать им право гордиться тем, что они плачут. Типа легализация грусти и печали, можно проработать с картами... А вообще вся психотерапия работает на связи языкового мира и мира лимбического (12). Почему мы все так усложняем? Куда делась старая добрая философия?.. Имеет ли мир три измерения, руководствуется ли разум девятью категориями? Или же, по экзистенциализму, стоит ли жизнь того, чтобы ее прожить?

Но мне вспомнилась одна история из курса лекций Р. Сапольски о том, как женщинам, обвиняющимся в колдовстве, во времена средневековой инквизиции предлагали прочитать отрывок из Священного Писания, и если обвиняемая не плакала, то ее приговаривали к казни. А. Камю, похоже, не первый, кто пришел к мысли, что если человек не плачет по

социально одобряемым причинам, то с ним явно надо что-то сделать...

В какой-то момент человек, который мог бы претендовать на звание первого средневекового гастроэнтеролога, предположил: а что если некоторые люди не плачут лишь потому, что слезные железы в силу возраста уже атрофировались?

По сути, медитация сводит на нет чувства раздражения, несправедливости, неравноправия, естественно возникающих в результате восприятия социального, политического и экономического неравенства в мире. История полна примеров, как я только что говорил, в которой религия и Церковь были служанками политического режима, и «осознанность» и прочие «терапии» уже стали следующими...

– Я купила кое-что к чаю, как заботливая коллега.

– Оу, нет, я так не похудею, и не выбрасывай эту упаковку, ты же помнишь, та, из четвертого кабинета, нам проест потом всю плешь, что надо сдавать упаковку в переработку. Осознанно.

– Бесит, устроила бы пункт сбора у себя дома...

– Сейчас все перевернулось... Куда подевался Макаренко со своим законом коллектива... активное и обиженное меньшинство всегда будет пытаться навязать свою волю инертному и пассивному большинству...

– Не всем повезло быть такими образованными, как мы.

– Да все эти собачники, чайлд-фришники и прочие серо-буро-малиновые... как только люди требуют уважать их

права и уделять им больше внимания, нежели остальным членам общества, лишь на основании того, что они пришли в ресторан с собачкой, это просто ставит их в один ряд с другими крайне левыми идеологиями, прям по Д. Питерсону.

– А самое смешное, что она еще и попросила нас всех в чате сдавать бумагу «осознанно»...

– ???

– Как легко промыть людям мозги.

– Ага... Факт в том, что основной причиной массового загрязнения планеты являются корпорации, которые выпускают пластиковые изделия триллионами килограммов в год. Потребителей убеждают в том, что проблема решается только через потребительскую осознанность – раздельный сбор мусора, что, как говорится, является мертвому припаркой. Доктрина индивидуальной ответственности продемонстрировала свою ловкость рук, отвлекая нас от истинного виновника. В 50-х годах кампания «Сохрани Америку красивой» призывала людей собирать свой мусор. Проект финансировался такими корпорациями, как «Кока-Кола», ведущими табачными компаниями, в партнерстве с Советом по рекламе общественных объявлений, который ввел термин «мусорщик», чтобы пристыдить негодяев. Два десятилетия спустя в известной телевизионной рекламе был показан коренной американец, плачущий при виде автомобилиста, выбрасывающего мусор.

– Это то, о чем я и говорила, такая же попытка манипу-

ляции. Ну и надо принимать во внимание лоббирование интересов... как и запрет снюса, запрет абсента... Как соседи, которые ведут себя неадекватно, пристыжают других соседей за минимальные нарушения тишины и рекомендуют им съехать в частный дом.

– Или эти управляющие компании, которые просто не платят техничке и списывают грязь в подъездах на счет жильцов, типа начинать надо с себя, чисто не там, где убирают, а там, где не мусорят...

– Ну это ведь не значит, что надо запретить, например, Чистомэна? Он хотя бы выходит в лес и собирает мусор там, это не трюндеть о раздельном сборе мусора, сидя на диване. Это труд.

Разговор прервал прогнозируемый вплоть до секунды стук в дверь. Было настолько ожидаемо, кто это, – музыку из его наушников было слышно через дверь... этот тот парень из обеспеченной семьи, который ныл целый год после выписки из больницы.

– О, черт... ко мне пришли раньше... к сожалению, тебе пора, договорим в другой раз.

– Давай поужинаем в пятницу?

– Да, только закажем нормальный ресторан, а не ту реплику реплики другого ресторана, где все такое же, как везде, и диджей сводит белогривых лошадок с Мадонной, дрыгаясь в конвульсиях...

– О да, то место отвратительно, собственники застряли в

девяностых и до сих пор считают, что писать на транслите – это круто.

Периодически он захаживает, состояние описать можно так – «вроде бы все хорошо, но дальше так нельзя». Мы с ним общаемся, конечно, реже, чем с ребятами из автосервиса, они меня уже на шашлыки зовут. Не покупайте отечественные машины.

– Заходите... о боже, что с вашим лицом?

– Это ветрянка.

– Да, но... когда мы обсуждали пандемию, вы мне явно обозначили свою позицию. Не думал, что вы антипрививочник.

– А я и не антиваксер, просто как-то так получилось.

– Можно подробнее... Но это же не заразно?

– Не заразно... иначе меня бы не выписали с больничного. Да ситуация опять какая-то идиотская, это я и хотел обсудить... Мой ребенок, который живет с бывшей женой, заболел ветрянкой. Я не был уверен, что я болел в детстве, – такое не забывается, с другой стороны, в те постсоветские времена про мнения относительно прививок никто не спрашивал – просто в школе ставили всем подряд и от всего сразу.

– Вот бы вернуть эти времена...

– Как добросовестный отец, я должен был забрать свою дочь к себе на выходные, но, естественно, я озадачился тем, болел ли я в детстве и есть ли у меня прививка – поднял детскую карту, но там этот врачебный почерк, – это просто

трата времени. Решил позвонить матери, но она опять была не але, в запое, в общем. Не хочу, чтобы вы воспринимали это как обострение паранойи или еще чего-то, но я попросил бывшую позвонить моей матери. Просто подумал, что мать опять умышленно или случайно заблокировала мой номер. Или подумала, что я звоню опять из-за квартиры... Со слов жены, бывшей жены. Мы проработали развод, и он завершился.

– Я помню.

Боже, он нахватался этих слов... и в этом моя вина. Но он хотя бы имеет моральное и этическое право употреблять такую лексику, а не все эти дамочки, типа в «депрессии», не успевшие купить куртку на распродаже... Или такие – «посмотрите, у меня отдельный холодильник для воды и отдельный – для еды. Я такая обсессивно-компульсивная».

Массовое внедрение психологической речи может отпугнуть людей с тяжелыми психическими заболеваниями, которым действительно нужна помощь. Разбрасываясь терминами «травма», «депрессия», которые означают так много страданий, – разве мы их не обесцениваем?

– В общем, моя мать сказала, что я однозначно болел ветрянкой. Я забрал ребенка, и... вуаля ... ирония в том, что это опять мне все планы подпортило. Во-первых, накануне в баре я познакомился с девушкой, которая мне на самом деле понравилась, и я сделал это без алкоголя и копинговых карточек.

– Поздравляю.

– Но я заболел прямо на майские. Это было ужасно. В таком возрасте это переносится еще хуже, я раньше никогда не заказывал еду по идейным соображениям: они всегда подсовывают товары со сроком годности, который вот-вот истечет, и бывшая опять будет меня гнобить тем, что я кормлю ребенка чем-то плохим, она помешалась на этих нутрициологах. А второй момент – мы должны были встретиться с той девушкой из бара. Было то самое чувство. Она работает в ЗАГСе и говорит, что точно запомнила бы меня, если бы я приходил оформлять развод, тогда в баре я сказал ей правду, что судебного решения о разводе у меня еще действительно нет, и когда я приду в ЗАГС ставить штампик, то она даст мне свой номер.

– Все пошло по плану?

– Да. Я предварительно позвонил, чтобы попасть именно к ней как к регистратору. По телефону казалось, она была смущена, потому что, знаете, эти общие номера, и кто-то переключил на нее, и, возможно, кто-то слушал наш разговор. Я пришел и отдал свой паспорт, как в таких случаях часто бывает, – посетителей было много, но она не засмущалась и вернула паспорт с бумажкой, на которой был написан ее номер. Мы переписывались и накануне встречи я получил, мать ее, ветрянку. Пришлось скинуть фотку, чтобы она не подумала, что я сливаюсь и отказываюсь от встречи или, еще хуже, – остался с бывшей.

– Я вынужден признать, что это один из самых красивых разводов, который я видел за последний год, – обычно они начинают бить друг друга, снимать на камеру факт передачи ребенка, портить имущество друг друга... Ну а по ситуации – это опять ваши автоматические мысли. Вы приписываете другим людям свои мысли. «Он подумал», «она, наверное, подумала» и так далее... Мы уже обсуждали с вами каузальную атрибуцию.

– Да, но, согласитесь, ветрянку в таком возрасте выглядит как что-то венерическое. И в какой-то момент аватарка стала серым обезличенным портретом. До этого, кстати, она говорила, что тоже разводится с мужем.

– Ну тогда вы ничего не потеряли, по крайней мере, вы уже завершили развод юридически, и с таким обстоятельством, как болезнь, вы справиться точно не могли. Надеюсь, фото, отправленное девушке, было приличным? Наверное, первый раз за полгода вы упомянули мать... как вы с ней общаетесь? Ранее про нее мы не говорили вообще, давайте обсудим ее.

ФИГУРА МАТЕРИ

Изначально она пыталась отыгрывать роль матери – готовить еду, делать со мной уроки, но ей это быстро наскучило: при проверке домашнего задания она слетала в агрессию и крик спустя минуту, а приготовление пищи уже со средней школы было отдано на аутсорсинг. Мать принадлежала к несостоявшейся династии химиков и выбрала университет и факультет по настоянию ее отца: так как он работал на ведущем производственном предприятии, то и дочь должна была выучиться на химика. Он потянул за нужные ниточки, и мать как-то получила красный диплом, будучи абсолютным нулем в предмете.

Отец даже как-то выбил ей после выпуска надомную работу на предприятии, куда сам ее и устроил, задача была в том, чтобы обрабатывать вручную какие-то бракованные пластиковые изделия... После того как родился я, мать уже не работала ни дня в жизни. Таким образом, на тот момент, когда отец ушел, опора в жизни матери в виде досуга, работы или увлечений отсутствовала чуть более чем на сто процентов.

Первое, что спросила моя мать, когда отец сказал ей, что уходит от нас:

– А что с квартирой?

На первой стадии отрицания она пыталась жить так, как

будто ничего и не произошло вовсе: по инерции вставала и пила кофе, смотрела телевизор. Она всегда много времени уделяла приготовлению завтрака для себя. Весь мир ждал. Ей было важно сделать, как она любит: яйцо варилось определенное время, кофе был определенного помола. Хлеб должен был быть тоже определенный – «как в садике».

Когда отец ушел, то оставил нам четырехкомнатную квартиру в центре города, чем оказал моей матери медвежью услугу, а мне принес еще большие сложности в жизни. Описание этого объекта недвижимости заслуживает отдельного внимания. Четырехэтажный центр, заложенный в лучших традициях инфраструктуры и архитектуры Советского Союза, не на главном проспекте города, но слегка утоплен – две минуты пешком, и вы в центре жизни.

Многие люди незаслуженно считают сталинки или старый фонд покосившимися сараями с тараканами, но это далеко не так, да и откуда им знать? Ведь большинство не было в домах, предназначавшихся для советской элиты. Высокие потолки с лепниной, отдельная ванная и отдельный туалет, два балкона, последний этаж, приличные соседи, никаких круглосуточно бегающих детей над вашей головой.

Широкие красивые лестницы. Отсутствие пивного магазина в радиусе полукилометра... Даже осталась радиорозетка с советских времен. Самое главное – это жилыцы старого фонда. Во времена моего детства тут еще доживали на пенсии директора крупных советских заводов, которым вот-вот,

в условиях новых реалий, суждено было быть разрушенными.

Практически на каждом доме висела памятная табличка, освещающая жизнь и трудовые успехи того или иного руководителя завода, у которого в подчинении были десятки тысяч человек, живущих в панельных девятиэтажках на краю города, поближе к месту их работы...

Самой невероятной глупостью отца было то, что он дал матери бизнес и, для надежности его ведения, свел ее с партнерами, конечно, это все было выполнено из благих побуждений, чтобы она имела какие-то средства для моего и своего обеспечения, ну и в принципе для того, чтобы она занималась хоть чем-то, кроме просмотра первого канала.

Как-то раз мы с бывшим коллегой тоже занимались перепродажей всякой ерунды, и я решил попросить сумму денег в полмиллиона рублей, как официально оформленный займ для нашего предприятия, потому что оборотных средств катастрофически не хватало. Компания была в плюсах, что для только что созданной фирмы было неплохо и считалось подтверждением моей высокой деловой и личной репутации. Я написал отцу сообщение с просьбой о помощи и не получил однозначного ответа (как и всегда), на последующей встрече все в том же ресторане мне высказали огромное недовольство:

– Мне это зачем? Моя жена пользовалась моим телефоном в тот момент, когда ты прислал это сообщение, и сказа-

ла мне о том, что ты просишь каких-то денег... почему ты меня позоришь?

История, когда мужья дают бывшим женам какой-то бизнес или средства на раскрутку, достаточно типична, но надо понимать, к чему именно бывшая жена имеет склонность и не потерпит ли она неудачу, за которую еще и придется помочь рассчитаться, как было и в случае с неудачей моей матери. Чтобы вернуть долг, пришлось продать гараж, расположенный в удачном месте, и медленно обменивать товарный запас на еду.

Мать решила банкротиться красиво и меняла товар на ужины в ресторанах.

Если бы у меня была финансовая возможность как-то поспособствовать становлению независимости своей бывшей жены – я бы точно видел сферы, в которые безопасно вложить, но в случае с моей матерью у нее не было никаких сильных сторон, и удивительно, как мужчина, который жил с ней долгие годы (в данном случае мой отец), этого не знал...

Она была своего рода амебой, инертность как черту характера я частично унаследовал, но я благодарен стрессовым событиям в моей жизни, которые эту амебо-подобность из меня выбили.

Отец уже после развода сетовал на то, что у матери всегда была куча свободного времени, и даже если и не было возможности открыть кафе или приложить свои усилия в еще каком-то сегменте микробизнеса, то можно было бы напол-

нить свою жизнь хотя бы какой-то мини-целью и смыслом – собирать вещи для бездомных или преподавать химию, в конце концов. Но учитывая то, как мать орала на меня с уроками, преподавание было тоже не ее...

– Мы как раз до вашего прихода с коллегой обсуждали досуг одиноких женщин в виде сбора макулатуры... Я бы не согласился: иной раз неизвестно, что лучше.

– В случае с моей матерью действительно неизвестно.

Развод родителей происходил в несколько этапов. Начи-
налось все стандартно: с того, что всем все было известно – кто с кем и когда, у матери какое-то время было, видимо, чувство, что он еще вернется, ведь отец действительно один раз надолго, примерно года на два, уехал на работу в Москву. По сути, отец после развода мне был и не нужен. На протяжении двух лет он был для меня голосом в телефонной трубке.

Но он, мать его, решил зачем-то вернуться, и, более того, мать зачем-то решила, что я должен продолжать с ним общение. Она позже часто ставила себе это в заслугу.

– Если бы не я, ты бы с отцом больше никогда не общался.

– Спасибо, твою мать! Мне этого так не хватало!

– Ну а вы ходили к психологам?

– Ни к каким психологам я не ходил. Их тогда не было просто... Но потом мнение матери радикально поменялось, и она была категорически против, чтобы я общался с новой семьей отца, она, как обычно, устраивала театральные сце-

ны: громко ревела и кричала о том, что не сможет это пережить и лишит жизни себя и меня. Изредка вспоминала, как потратила на отца лучшие годы, а он по-свински ответил ей, что никто об этом ее и не просил.

Да, у отца был уникальный талант – не говорить ни А, ни Б, в этом и была проблема: он, как гадалка, мог говорить лишь то, что человек хотел услышать, либо просто какую-то словесную кашу, характерную для людей с афазией или подобным речевым расстройством, в которой абсолютно любой человек мог выловить что-то, применимое к своей жизни, так сказать.

Развод повлиял на меня так, что я стал воспринимать отца и родственников с его стороны (в основном бабушку с дедушкой) как чужих людей и общался с ними на «вы».

Скажу так, когда мне было лет тринадцать, отсутствовали какие бы то ни было фитнес-клубы в традиционном понимании, и я не помню, чтобы моя мать (а ей тогда еще и сорока лет не было) хоть как-то занималась своей физической формой. На брачном рынке в новом качестве разведенки... ее ждали тяжелые испытания...

– Кроме вашей склонности к стигматизации разведенных женщин, я вынужден отметить еще и небольшой прогресс: вы комфортно, спокойно и подробно описываете события, о которых ранее не хотели говорить.

– Да, я забыл... но термин такой просто...

Развод у матери долгие и долгие годы был незавершен-

ный морально, и произошла его алкоголизация и ее деградация как личности, впрочем, личностью она и до развода не являлась.

— Оу, а вы что-то прочитали по теме... так держать!

— Не помню, что именно это была за книга, но мысль мне понравилась.

В те времена не было сайтов знакомств, в маленьком городе найти какого-то партнера, да еще и в таком возрасте, было непросто. Выше я уже писал об «услуге», которую сделал нам отец, оставив квартиру в долях 50/50... Фактически суть этой услуги проявлялась вот в чем... На одинокую, пусть даже не очень симпатичную и очень нестройную, но очень пьющую даму с большой квартирой в центре всегда найдет мужичок с большой и чистой любовью... Единственной преградой для того, чтобы они полетели на крыльях любви и вообще для их комфортного существования в большой квартире в центре, было мое существование в этой же самой квартире.

Как часто в ситуациях развода и бывает, тот человек, от которого ушли, изо всех сил пытается показать тому, кто от этого человека ушел, что он еще ого-го какой желанный для всех.

Поначалу мать устраивала брачные кастинги, которые выглядели более-менее прилично. Но собрала она в кучу практически всех — школьную любовь, университетскую любовь, которые уже, естественно, были в браке к тому времени. Вре-

меня шло. Варианты и деньги заканчивались, а работать ох как не хотелось. Она никогда не брезговала флиртом со всеми подряд. С сантехником, со случайным разнорабочим, который вызвался застеклить нам балкон, с охранником автомобильной стоянки, вышедшим сделать ей замечание о том, что она сильно громко орала пьяные песни.

Никак не найдя более-менее приличного варианта, она начала скатываться в откровенное алкогольное блядство. Частыми гостями у нас были сотрудники полиции, по случаю того, что моя мать или ее еще более отмороженная и более алкоголезависимая сестра устроили с кем-то потасовку из-за сущего пустяка в духе, что кто-то не так посмотрел в нашу сторону.

К слову, карьера и жизнь ее сестры скатилась в еще более убогое пьянство. В отличие от моей матери, ее сестру больше любили и баловали – это был более поздний ребенок. Мать же всегда опекала сестру и заботилась о ней. Моя тетка работала бухгалтером, но из-за алкоголя и развода скатилась до уровня посудомойки, кондуктора в троллейбусе, а после — перестала работать и вовсе и лишь изредка брала подработки, которые заключались в развешивании вещей из тюков в базарном павильончике.

Разменяв унаследованную от моих дедушек квартиру, тетка поселилась в районе, где жил спецконтингент и труженники заводов, это были двух- или четырехэтажные бараки с видом на трамвайную линию. Ее единственным предназна-

чением в этом богом забытом месте была доставка кадров на изнурительные трудовые смены на заводе, основным профилем которого была сортировка дилдосов от гречки. Зарплаты иногда выдавались продукцией. Не гречкой. Чтобы было что посасывать до аванса.

Закончилось тем, что соседи пожаловались на запах. Ее сын с ней не общался, кроме моей матери, родственников больше не было. Пришедшая на вскрытие квартиры мать блевала, блевали и труповозы, и даже приехавший оперативник.

– Мы уже с вами говорили, что, когда растущие дети получают «достаточно хорошее воспитание», они ощущают, что жизнь – это подарок, даже если часто она сопровождается трудными и полезными переживаниями. Понятие «достаточно хорошее воспитание» происходит из работы известного психолога Д. В. Винникота, который придумал термин «достаточно хорошее материнство» (1, стр. 50). Я превратился в детектива, который будет под микроскопом, как в сериале на втором канале, исследовать вашу вину.

Мой первый сексуальный опыт был очень ранним. Этому во многом способствовало то, что матери постоянно не было дома, она могла уезжать якобы в деловые командировки на недели... По факту бизнес, который дал ей мой отец, и деньги, вырученные от него, она использовала далеко не так, как отец предполагал, – не на мое содержание и образование, а на свою красивую жизнь: она часто ездила в Европу, якобы

по работе, хотя в этом не было абсолютно никакой производственной необходимости. Также она брала с собой женатого партнера по бизнесу, с которым периодически спала.

Боже, как я уставал выгонять из дома ее пьяных мужиков, и я чувствую вину за это.

В случаях таких «деловых» поездок она оставляла мне деньги на неделю, а иной раз и на две недели. Мое питание было представлено ассортиментом школьной столовой или рядом расположенной забегаловки с чебуреками.

У партнеров моей матери по бизнесу был сын, на пару лет старше меня, и как-то он пригласил меня на домашнюю вечеринку своего сверстника, у которого уехали родители. Основной смысл этого собрания был в том, чтобы вызвать проститутку. Это был абсолютный провал.

Трехкомнатная квартира, где еще какие-то парни и девушки по вызову, ситуация была максимально тревожная: люди входили и выходили. У меня даже не было эрекции, но мы мило поговорили.

От этой вечеринки я получил уникальную для ученика 9-А класса информацию – телефон диспетчера, который принимал заказы на девушек с низкой социальной ответственностью. Естественно, после такого, хоть и неудачного, опыта я быстро сколотил вокруг себя группу школьников, которые захотели повторить его.

Друзей у меня особо не было, потому что я всех подозревал в том, что они хотели меня использовать – использовать

мою квартиру, чтобы хорошо провести время, переночевать после дискотеки, так как автобусы уже не ходили, или просто списывать у меня на экзамене.

Психолог сделал запись про схему покорности, согласно которой Олег считал, что его начали использовать уже в детстве, что раньше им не оценивалось. Клиент испытывал вину, что выгонял любовников матери? Вопросительный знак.

– Олег, я отвлекся, надо было записать кое-что не про вас. Сегодня надо забрать заказ. Продолжайте.

Отсутствие моей матери дома было нам на руку. Я даже не звонил по этому номеру из-за того, что мой голос звучал слишком по-детски, кто-то из моих одноклассников набрал заветный номер, и скоро они приехали. Соседка увидела подозрительную активность в дверной глазок и постучала после того, как девушки зашли в квартиру. Я приоткрыл дверь через цепочку и буркнул что-то в духе, что все нормально и под контролем, и это просто одноклассницы, просто они выглядят очень взросло и вызывающе, и это купальники, которые просто похожи на белье. До пляжного сезона было еще четыре месяца. Соседка, в свою очередь, закричала, что просто хочет поговорить и забыла у меня в квартире программу телепередач.

В тот раз у меня тоже ничего не получилось в классической интерпретации сунь- высунь. Естественно, это был очень волнительный процесс: во времена отсутствия интернета не было возможности ознакомиться с фото и профилем,

и, по сути, просто заказывался кот в мешке. Я не помню, по какому принципу мы распределили девушек.

Анализируя ситуацию с позиции моего нынешнего опыта, причиной своей неудачи я вижу максимально некомфортную ситуацию, где надо сблизиться с человеком за минимально короткий промежуток времени и совершить механические действия. Более того, первый сексуальный опыт повлиял на всю мою дальнейшую жизнь.

Нервозность первых двух сексуальных эпизодов передавалась на все мои последующие половые акты. А что если придет соседка? А что если кто-то еще помешает? Мне нужны были максимально спокойные и доверительные отношения. Хотя влияние краткосрочных отношений на формирование социально одобряемых долгосрочных гендерных отношений, скорее, исключение – но кто-то еще критикует краткосрочные сексуальные стратегии после описанного мною примера?

В одиннадцатом классе я познакомился с девушкой старше меня, и она была просто бомба. Мы легли спать, но ничего не вышло – больше я ее не видел. Тогда не было мобильных телефонов и социальных сетей. У меня был какой-то ее адрес, но квартира там пустовала.

В этом же возрасте я пристрастился к порнографии, некоторые журналы я находил у своей матери в шкафу, также были подозрительные видеокассеты, которые я пересматривал в периоды отсутствия матери дома. Ключевым навыком бы-

ло положить журналы на то же место и перемотать на исходное место видеокассету.

В это же время мать пыталась предпринимать какие-то попытки нелепых бесед на половые темы, было что-то невнятное на тему «тычинка – пестик». Но она быстро забросила эти попытки, хотя я ожидал, что она могла бы быть более просвещена, учитывая, что это все-таки была ее порнуха.

– Олег, возможно, она ее не смотрела. Таким людям достаточно просто факта быть рядом с чем-то запретным.

Как-то утром, после очередного запоя, мать попыталась дать мне какую-то еду перед уроками и достала из холодильника такие мини-сосиски. Я уже что-то ел в момент, когда она достала их, судя по тому, как радостно я воскликнул: «Оу, сосисочки!» – меня не устраивало то, что я ел, а мать, возможно, забыла о том, что я ем рядом, и доставала их для себя, отвлекшись на бесполезное шоу из телевизора, который всегда был горячее, чем кухонная плита.

В тот момент у матери произошел какой-то взрыв, трудно представить, чем я ее задел, возможно, размер полового органа ее вчерашнего партнера был схож с размерами этих мини-сосисок, но она разродилась причитаниями о том, что я «проглот». «Ты уже жрешь, и еще надо, – говорила она, – объедаешь меня... ты гундишь и гундишь... гундосый... полоротый... ты зверек».

В этот момент по телевизору крупным планом показыва-

ли жирные, старые и смеющиеся над глупой шуткой какого-то нафталинового комика хари. Они будто смеялись надо мной.

– Презрение со стороны родителей – это ключевой элемент эмоционального насилия, которое порождает токсичный стыд. Токсичный стыд – это эмоциональная матрица депрессии отверженности и заброшенности. Также это клей, который держит нас беспомощно застрявшими в флэшбэках (1).

...Мне с детства не давали говорить, или не выслушивали, или выслушивали лишь формально, во многом благодаря этому я научился неплохо выражать свои мысли в письменном виде, и в такие моменты, когда меня затыкали, у меня появлялось желание сжать зубы.

Вдобавок мать всегда упрекала меня тем, что у меня в дошкольном возрасте часто был открыт рот. Проблема заключалась не в том, что я не мог дышать через нос или что нос был часто заложен, просто почему-то так было. Стоматолог говорит, что нижняя челюсть у меня немного крупнее, и это во многом объясняет, почему большинство людей считает меня тупым из-за формы лица.

Мать часто кричала: «Рот закрой, выглядишь, как debil». Где-то в двадцатилетнем возрасте у меня диагностировали бруксизм – скрежетание зубами ночью. Я до сих пор сплю в эластичной каппе, защищающей зубы, и проблем с ними стало значительно меньше. Когда отец узнал об этом,

он с уверенностью заявил, что у него тоже бруксизм («я-то же»-прием).

В какой-то момент я решил, что ни с отцом, ни с матерью больше ничем и никогда делиться не буду, но они не оставляли свои дебильные попыточки что-то у меня узнать, и выглядело это еще более жалко и неискренне.

Мои родители несколько раз сходились и расходились. Как только появились первые уличные киоски, на рубеже девяностых и двухтысячных, конечно же, родители покупали мне батончики «Сникерс», которые сейчас являются просто неизменным атрибутом любой прикассовой зоны, а тогда это был тот самый «Сникерс», мы покупали один батончик на троих – меня, мать и отца. Однажды откусил и уронил остаток в снег, но замешкался на мгновение, и мать обвинила меня в том, что я «крысеныш все съел». В те редкие случаи, когда отец был рядом, он просто молчал или спал. Его прорвало на поговорить уже позже. После окончательного развода.

Я завидовал, глядя, с каким терпением другие родители относились к моим сверстникам и их выходкам. Моему детскому приятелю все сходило с рук: он мог выплеснуть замоченные в кружке золотые драгоценности из окна тринадцатого этажа лишь потому, что ему нужна была именно эта кружка с рисунком, чтобы выпить воды. И с ним ничего особо не происходило: поругали и всей семьей пошли искать кольца по газону и потом, улыбаясь, к ювелиру выпрямлять

их.

Мать все делала в последний момент. Просто забивала на все. Максимальный пофигизм. Как-то мы отдыхали на Кипре, и нужно было уже быть в аэропорту, мы в спешке собирались, мой приятель решил, что жизненно необходимо положить с собой в чемодан уже начатую пачку какао, к несчастью, она открылась, и все содержимое было высыпано на новое, дефицитное белоснежное женское белье. Все отнеслись с пониманием.

В период того же отдыха он дурачился и танцевал, пока мы все сидели на балконе, с полотенцем, обернутым вокруг пояса едва при выходе из душа, и оно слетело, оголив длинный болтающийся шланг на глазах моей и его матери, и даже зрителей соседнего здания. Казалось, женщина на соседнем балконе в смущении поднесла ладонь к приоткрытому рту.

– Ваш заказ – шаурма «Кинг сайз». Какой соус?

В детстве я видел, как моя мать с ее алкосестрой часто напивались и спали голые. Моему двоюродному брату в совсем юные годы делали обрезание, бабушка просто боготворила его за это, и все внимание было приковано к его обрешанному «петушку». Когда мне было лет пять, мать зачем-то оставила меня у своей подруги дома, я обделал трусы, и она дала мне новые – в момент, когда я переодевался, она вошла в комнату и, театрально покраснев, произнесла, что она смущена увидеть меня голым.

Эти странные события и «излишняя эротика» как-то по-

влияли на меня, и я решил, что показывать свою сосиску женщинам – это абсолютно нормальное явление, ведь эти действия закреплялись и закреплялись...

«Он даже не подозревает, что я знаю тысячи способов показать неприличные картинки, – подумал про себя психолог. – Недавно опробовал новый способ при осмотре одной туристической достопримечательности в Горном, в таких случаях я просто тусуюсь рядом с одинокими девушками, которые делают селфи, или рядом с компанией мамочек, которые просто хотят сфотографироваться вместе. Чаще всего они просят сфотографировать их – ведь этот одинокий мужичок интеллигентного вида точно не откажет... Я делаю вид, что выбираю удачный ракурс. На самом же деле я аккуратно, чтобы это было незаметно, набираю свой номер. Я мистер гибкий палец. Дождавшись заветной вибрации от входящего вызова в своих штанах, я сбрасываю и делаю пару кадров. Спустя какое-то время, желательно чтобы они отошли не так далеко и их изумленные лица были в пределах моего взора, я отправляю им заветный дикпик и смотрю на реакцию».

– Извините, я отвлекся. Могу я записать это? Анонимно, безусловно... Удивительно, как незначительная мелочь в детстве влияет на дальнейшее сексуальное поведение. У моей клиентки страсть к тому, чтобы ее душили во время секса, пришла после безобидной игры со сверстником в детском возрасте, когда они душили и били друг друга подушками. У

меня целый кладезь невероятных сексуальных извращений, расклеенный по квартире на небольших стикерах. Собираюсь объединить это в книгу... Продолжайте.

– В тот день мы чуть не опоздали на рейс, мать была как обычно пьяна, у меня в ручной клади лежали игрушечные наручники из какого-то сплава. Это вызвало вопросы у сотрудника безопасности аэропорта, и мать начала скандалить с ним на ломаном английском, объясняя, что это всего лишь игрушка (it's a toy!), ее уровень английского я называю «когда недостаток словарного запаса пытаются компенсировать интонацией и произношением».

Я испытал вину за то, что моя мать пила не просыхая всю ночь и забыла, когда у меня рейс, ведь наручники были моими и лежали в моем рюкзаке.

Когда нас обсчитывали в прибрежной забегаловке в Болгарии или в уличном кафе на Кипре, она поднимала громкий скандал на английском из расчета на то, что туристы из других стран обратят внимание на то, как странная женщина на каблуке скале, в крупном вязаном белом свитере с вырезом на голое тело и мелированной стрижкой под мальчика, с интересным акцентом обзывает владельца заведения лжецом и ведет себя очень эмоционально. Жалкая театральная симулянтка.

– Мне надо посмотреть фотку на телефоне, возможно, я забыл выключить что-то из электроприборов...

– Я думал, вы уже отказались от этого инструмента. Про-

должите рассказ, и мы обязательно обсудим то, что вы хотели бы контролировать в следующий раз.

– Так вот это было целое шоу, почти по Станиславскому, чаще всего официант или владелец, которого она, иной раз заслуженно (ведь если вы попросите меню на русском, то цены там будут в два раза выше), обвиняла в деловой нечистоплотности, бросал ей какие-то контрфразы в духе «ты русская, вот и говори по-русски», но она не унималась, по моему мнению, мы выглядели посмешищем, я допускаю, что ее стратегия добиваться своего дешево поставленными театральными скандалами повлияла на мое поведение, и я стал любителем провокаций и скандалов, с одной стороны.

С другой стороны, писать жалобы в письменном виде – это лишь перенос своей злости на других людей и неадаптивная копинг-стратегия работы с эмоциональными регрессиями.

– Когда родитель неизменно токсичен, даже несколько его слов могут вызвать у переживших травму интенсивную эмоциональную регрессию. По этой причине такие клиенты обычно нуждаются в разводе с родителями. Тот случай, когда «всех заблочить, всех забанить». На эту тему есть книга Б. Хофмана (1, стр. 63), но вы сможете прочесть ее только в оригинале. Еще не переведена на русский. Продолжайте...

Когда родители еще были в браке, я помню, как провернул какую-то выходку, может, сделал что-то неподобающее, но я не помню, что, возможно, просто зашел в комнату, где родители смотрели фильм или обсуждали что-то важное, или

просто баловался, когда уже было время спать.

Подвыпившая мать устроила очередную сцену, она любила драматизировать, и в таких ситуациях ее лицо краснело, текли сопли и слезы, и нос, казалось, увеличивался и по форме был как огромная кривая пульсирующая картофелина с крупными порами-отростками и алкогольными капиллярами, ее короткая стрижка меня всегда бесила, и даже на рубеже девяностых и двухтысячных то, что жило у нее на голове в форме волос, не было распространенной женской прической, этот выбор имиджа лишь подчеркивал, что она не хотела даже прикладывать усилия, чтобы выглядеть женственно. Я абсолютно поддерживаю отца как мужчину за то, что он бросил мою мать, которая проецировала на меня весь гнев, предназначавшийся ему.

В тот вечер она увела меня в комнату и велела лечь в кровать, когда свет был выключен, она сказала, что это моя последняя ночь дома и завтра они отдадут меня в детский дом, и все эти игрушки и комната будут принадлежать другому, более достойному ребенку. Я был настолько испуган, что утром боялся выйти из комнаты.

К слову, я научился бить в точку по алкогольным пристрастиям своей матери, вместо того чтобы спать, я тайком снимал их гулянки через слегка приоткрытую дверь и утром показывал ей записи. От этого она меня ненавидела еще больше и буквально зверела. Видеокамера, которая была приобретена с благими намерениями запечатлеть счастливые се-

мейные путешествия, позже стала мною эксплуатироваться для съемок сначала нелепых короткометражных фильмов с моими одноклассниками, а позже и для съемок собственной мастурбации и прочих домашних видео.

Как-то раз моя мать выпивала с матерью Романа, мы шли ночью от пивного ларька до их квартиры (алкоголь в те времена продавался без ограничений), и я опять сказал что-то неподобающее, с точки зрения матери, и она принялась меня отчитывать на всю улицу. Мать Романа сделала ей замечание, но она принялась отчитывать в театральной манере и ее. Она бросалась хрестоматийными фразочками, которые, казалось, подглядывала в книге «Как спровоцировать собеседника, зная только цвет его пальто».

Ей было так важно находиться в центре внимания, показать себя душой компании и интересным человеком, кем она по факту не являлась, поэтому в разговоре она часто привирала относительно всего, например, относительно фильмов, которые она смотрела или не смотрела. Как-то в подвыпившей компании я подколот ее тем, что она не смотрела фильм, о котором прямо сейчас рассказывает, – после этого мне устроили очередную театральную сцену, от которых я уже порядком устал. Опять должны были прийти сотрудники службы опеки, поместить меня в мешок из-под картофеля и поволочь в детский дом по земле за уазиком.

Вообще, я ходил в школу самостоятельно с первого класса, но во втором классе мы переехали, и я сменил школу,

маршрут был короче и в чем-то безопаснее, планировалась, что в первый день мать встретит меня из школы. Я стоял на одном месте и ждал так долго, что пара человек спросили меня о том, не потерялся ли я. В тот момент, когда какой-то мужик, казалось, уже собирался меня похитить как беспризорника и использовать как секс-раба, я решил, что самое время идти домой самостоятельно. Где была мать – неизвестно. Потом она откуда-то примчалась с красным пульсирующим лицом и подобрала меня у подъезда. Мою младшую сестру из школы и в школу всегда сопровождали или родители, или нянька, или личный водитель.

– Я сепарационный гнев Олега!

– Что вы почувствовали в тот момент? Каков он на ощупь?

– Я задумался, почему в религии, например, есть термин «праведный гнев», а в психологии я вынужден его обесценивать, называя сепарационным и инфантильным?

– Вопрос терминологии...

– А еще я недавно гулял по набережной, и там были эти уличные музыканты, исполнявшие очередной каловый гранж-кавер «На большом воздушном шаре» в стиле «Нирваны». И потом мужик у микрофона сказал: «А теперь давайте, как в лагере у костра», – и немногочисленные слушатели его поняли и начали подпевать... Я вспомнил свой первый и последний лагерь... песня у костра тоже была...

...Однажды я очень просился, чтобы меня отправили в лагерь. За все время обучения в школе я лишь один раз был

в летнем лагере. Я просился туда лишь потому, что там отдыхал мой друг детства. Точнее, не мой друг, а сын друзей моих родителей. Меня отправили туда на три дня уже под конец заезда. Лагерь располагался, может быть, в часе езды от города. Когда всех ребят забирали на машинах, и уже начинало темнеть, за мной все еще не приехал отец, и я решил отправиться в город на автобусе, ребята насобирали мне мелочи на проезд, так как автобус высаживал детей в каком-то далеком от моего дома месте.

Мать позорила меня не только среди одноклассников, но и среди учеников всей школы. Я практически никого никогда не приглашал на свой день рождения, потому что мне было стыдно, что мои одноклассники придут и увидят пьяное полусонное развалившееся голое тело.

С тех пор меня раздражает, когда я вижу кого-то развалившимся на такой же манер, например, я готов накричать на охранника в моем доме, когда прохожу мимо и вижу, как он смотрит в мониторы камер наблюдения в нелепых резиновых шлепках, развалившись на манер моего пьяного отца или пьяной матери.

Мать как-то прибухивала в гостях у матери девочки из параллельного класса, отец этой девочки пришел домой раньше, чем планировалось (сюрприз), и набросился на мою мать с криками и упреками, что она спаивает его жену, дал ей пощечину и вылил тетрапак дешевого вина в раковину. В тот момент я испытывал страх и невероятное ликование. Кто-то

наконец-то дал ей по морде.

Глядя на то, как она пребывает в шоке и каком-то первобытном страхе, подбирая сопли, я заметил что-то, что меня удивило, испугало и завело одновременно. Ей понравилось, когда ее бьют... И, возможно, она хотела бы, чтобы мой отец ее бил.

Позже она нашла мужика, который оставлял ей синяки под глазами с завидной регулярностью. Они были счастливы вместе долгие пятнадцать лет... У матери была патологическая привязанность к своему отцу, когда он умер, она могла днями напролет переслушивать на магнитофоне кассету, извлеченную из автоответчика, на которой был его голос. Я помню запись слово в слово. Ее отец так же бубнил. Это тот тип женщин, которым нужен мужик рядом, который бьет, рвет очко, испражняется на нее в прямом и переносном смысле, но лишь бы был.

– В моей практике был случай – у женщины была странная фантазия. В блядской короткой юбке она танцует в дешевой забегаловке и прижимается задницей ко всем мужчинам подряд. По сценарию ее партнер должен прийти туда, взять ее за руку, обозвать шлюхой, увезти домой. Орать на нее в машине, пока они едут, дать пощечину и дома жестко прожарить.

– Похоже, у моей матери все не так плохо... хотя я многого, возможно, не знаю...

– Она это объясняла тем, что только так она могла фини-

шировать, и ее покойный муж всегда так с ней делал...

Казалось, что поколение активных в половом плане особей, к которым принадлежали мои родители и их друзья, после распада СССР, в котором не было секса, настолько изголодались по последнему, что занимались только тем, что трахались, как стая кроликов.

В моем детстве кругом был секс. Сексом занимались все: бомжи за гаражами, парочки на пляже, родители. Когда я потерял ключи и позвонил в квартиру соседей, вернувшись из школы, сосед открыл дверь в трусах, едва прикрывающих эрегированный член. Ощущение, что я всех отвлекал от секса. Единственным домом, где секс не афишировали, заботясь о моральном воспитании детей, была светлая и невинная квартира мысемьи.

К моменту окончания школы мать уже пару раз ловила меня в пьяном состоянии по приходе домой, я, в свою очередь, тоже встречал ее в неадекватно пьяном состоянии, когда она поднималась домой из праворульной машины очередного ухажера с подтеками спермы на кожаной куртке.

– Расскажите самое раннее воспоминание в этом контексте, когда мать вами пренебрегала и вы видели ее личную жизнь.

– Нелепая история. Мне было лет пять-шесть. Каким-то образом моя мать с подругой зачем-то пошли в гостиницу. Я тогда как ребенок не понимал, зачем надо было идти в гостиницу. Но в фильме я видел, что швейцар открывал всем

входящим двери. Меня оставили на улице, это было летом, и я стоял и открывал всем двери. Какой-то мужчина даже оставил мне чаевые. Возможно, тот самый мужик, который только что чпокнул мою маму.

– Ок...

– Ну и я даже не знал, что лучше – когда она отсутствует или когда она присутствует, потому что по факту в большой четырехкомнатной квартире находилась не мать, а ее физическое тело. Возвращаясь домой из школы в темное время суток, особенно если учились во вторую смену, я проходил мимо дома так, чтобы было видно, горит ли свет в квартире, мне было легче подниматься домой, зная, что там никого нет. Я очень злился, когда, возвращаясь, заставал ее дома, и она спала в кресле, справа у входа, просто с выключенным светом.

Уже во взрослой жизни чувство тревожности преследовало меня, и я смотрел на окна изредка шумевших сверху соседей, мне было легче, когда их не было дома. Как будто они мне мешали... Тревожная привязанность к матери. После развода с женой мне стало тревожно спать одному, и иногда случалась бессонница.

Общение с матерью никогда не было пропитано взаимностью: как и в случае с отцом, она так же ждала своей очереди, чтобы заговорить, только это было еще хуже. Она была как сотрудник телефонного центра, работающий по сценарию, и ее целью было лишь впарить доверчивому человеку какой-то

абсолютно ненужный продукт типа карты с кешбэком на кошники, сарафаны и дилдосы из бересты, все встречные вопросы отрабатывались по методичке, иногда использовались аналоги приемов «уточняю информацию, ожидайте на линии», которые в интерпретации матери звучали как «не слышала что-что? Телефон совсем старый – ничего не слышно». Они с отцом на пару часто применяли этот «включить космос» – прием.

– «Что-что, млять?!»

Когда ей было нужно, она могла расслышать все, даже как пукает пекинес у соседей снизу. Иногда, будучи загнанной в словесный угол или просто в разговоре на неудобную ей тему, она переживала разрыв шаблона, и программа улетала в космос – она начинала тараторить, как портативный автомобильный компрессор, напрягаясь и краснея: «Тудудудудудуддуду».

Я часто представлял ее сидящей на стуле в опенспейс-офисе, где начальник отдела продаж кричал и бил ее, как отец девочки из моей школы, так что она совершала такое количество холодных звонков, что все помещение охлаждалось без кондиционера.

Скандалить – это было очень семейное дело. Для того чтобы восстановить хронологию событий, я провел значительное время, разбирая старые фотографии и семейные видеозаписи. (Спасибо еще раз, пап, что купил камеру.) На некоторых шедеврах семейного архива, по которым можно было

бы составить алкогольный атлас, видно, как мои родители отдалялись друг от друга, еще будучи формально в браке.

Так, например, по школьной фотографии, на которой я в футболке чемпионата мира по футболу, привезенной мне родителями из США в 1994 году, я определил год, в котором я провел максимальное количество дней без родителей. Помимо футболки они привезли еще педагогические воздействия и еще много чего не сильно нужного. Задорнов с его юмором про хрестоматийно глупых американцев уже кажется не таким уж и банальным.

Я вспомнил, что в это время практически три месяца жил в доме бабушки. Мне кажется, если бы был рекорд по количеству времени, проведенному вдали от родителей, то я был бы на первом месте. Каждое лето я боялся, что в августе меня не заберут, каждый вечер я боялся, что отец не зайдет после работы и не заберет от бабушки.

У моих бабушки с дедушкой был сад, куда мы ездили каждые выходные в какой-то период времени, и стоило только нам сесть в машину, как у них начиналась невероятная ругань. Это была просто дичайшая склока, которая начиналась по расписанию, на регулярной основе. Такое ощущение, что они ждали, чтобы сесть в машину и начать кричать друг на друга. Удивительно, что мы не попали в какую-то аварию, к счастью, интенсивность дорожного движения в те времена была намного меньше. Спускаясь с горки, дед мог выключить скорость, поставив ручку на программу нейтраль,

и просто заглушить двигатель в целях экономии бензина, но мне хотелось, чтобы мы просто слетели с моста в пропасть и разбились к чертям.

Я абсолютно не переношу какие бы то ни было деревянные постройки, даже если гребаный маркетолог на базе в Горном назовет это бунгало и шале – при входе я буду вспоминать покосившийся деревянный садовый домик бабушки со скрипящим диваном, набитым двухвостками, в садоводстве у черта на кульках. Хотя сейчас я убил бы за бронь в Алфике на ближайшие выходные. Буквально.

Поскольку бабушка по линии матери была в городе и жила в двух кварталах от нас, большую часть времени я проводил у нее, особенно учась в школе. Больше всего я ненавидел учиться в первую смену – это означало, что у бабушки мне предстояло провести минимум половину дня, до самого вечера. У нее много времени уходило на приготовление еды, но и в принципе особого интереса ко мне она не проявляла, что тоже во многом объясняет мои плохие оценки в школе.

Дед мог очень много выпить. Я не помню его трезвым, может быть, лишь в те редкие моменты, когда он находился за рулем. Когда мой дед встречался с Гутей, а таких встреч на моей памяти было три штуки, это была битва алкотитанов, они буквально валялись в рыготине.

На одной такой семейной встрече, где отмечали день рождения моей бабушки по линии отца, дед спел сентиментальную песню, и Гутя сидела во главе стола, уже изрядно загру-

жившись алкоголем. Конечно же, она начала обсуждать Романа, но издалека, и спросила меня о моей зарплате, мол, хватает ли мне ее. Я ответил, что вроде хватает.

– А Роману не хватает!

И начала дальше причитать на эту тему и поднимать меня на смех при всех. Тактично заглотнули и это. Мысемья.

Годы работы на предприятии химической отрасли не проходят незаметно, и примерно в одно и то же время бабушке с дедушкой диагностировали рак, и они начали достаточно оперативно угасать и умирать, примерно за полгода умер дед. Бабушка еще со времен моего энуреза подсела на альтернативную медицину. Энурезом я страдал где-то до тринадцатилетнего возраста, возможно, это была основная причина, по которой меня не отправляли куда-то в гости или в детский лагерь – опасаясь, что я обоссую чью-то кровать.

За пару лет борьбы с энурезом я прошел, наверное, всех присутствующих в городе шарлатанов и экстрасенсов. Гипноз и народная медицина. Акупунктура. После того, как моя бабушка по осени подцепила очередной рак, она всерьез занялась изучением оккультной литературы. Шкаф, где некогда красовалась большая советская энциклопедия в твердом бордовом, цвета паспорта, переплете, стал плавно зарастать книжками в мягкой обложке про различные секты и учения об ауре.

Когда я возвращался из магазина с булкой хлеба, за которой меня отправили, то мне нужно было почистить ауру, сов-

местно с бабушкой выполняя упражнения, похожие на Тай Чи и Цигун. После того как моя аура была очищена от пагубного влияния людей, стоящих со мной в одной очереди за хлебом, и просто проходивших мимо энергетических вампиров, необходимо было на выбор выпить или стакан раствора соды, или просто святой воды.

Также мне предлагалось походить по битому стеклу. На себе бабушка, конечно, применяла более серьезные народные средства от рака: мумие, лечебные грязи, бобровая струя, экстракт восковой моли и регулярные посещения собраний различных сектантов. Стадия принятия еще не наступила, хотя я уже достоверно и не помню, возможно, она и не отказывалась окончательно от традиционной медицины. Дед умирал от рака, наверное, полгода и все это время находился в состоянии перманентно-овощном. Под конец нас с двоюродным братом завели к нему в комнату с коврами на стенах посмотреть напоследок. Похороны были театральные. Бабушка норовила броситься в могилу и кричала, что не может без него. Это было очень странно, ведь они каждый день собачились. Тогда я понял, в кого моя мать такая театральная.

Бабушка умерла спустя десять месяцев после смерти деда. Видимо, они недостаточно поверили в бобровую струю и послали не тот сигнал в космос. Я ведь притягиваю негатив потому, что у меня мысли такие, так ведь?

Под шумок между матерью и ее алкосестрой разгорелась

борьба за наследство. Моя мать отвела прабабушку в рег-центр, и там мы переписали однокомнатную квартиру, в которой жила моя алкотетя, на меня. Тетя с моим двоюродным братом переехали в большую квартиру к прабабушке. Оставлять прабабушку там было равнозначно тому, чтобы убить ее. Ведь она буквально на днях росчерком шариковой ручки лишила тетю и моего двоюродного брата дополнительной квартиры.

Мать, возможно, пообещала прабабушке, что заберет ее к нам, как отец и просил, но к тому времени нам уже подна-доели всякие подселыши от отца, и в один день прабабушку нашли практически с отрезанной головой. Это было оформ-лено как суицид. Кому надо раскрывать дело об убийстве де-вяностолетней пенсионерки, у которой ничего нет?

Вы думаете, мать старалась ради меня и разыграла такую шахматную партию, чтобы эта дополнительная однокомнат-ная квартира досталась мне? Нет, она так старалась, пресле-дуя лишь свой интерес, чтобы я притормозил с разменом квартиры, которую отец оставил нам с ней пополам.

Когда я уже был в браке, произошел такой случай: у нас украли припаркованный на улице велосипед. Какие-то пар-ни решили попить пиво на охраняемой территории и потом каким-то образом вскрыли велосипедный замок карманной пилочкой для ногтей. Их выбор пал не на дорогой спортив-ный велосипед соседей, а на мой ширпотреб за шесть тысяч девятьсот девяносто девять из местной торговой сети.

После того как меня опросила полиция и документы ушли в суд, я получил письмо о том, что эти ребята нашли адвоката, и якобы никто не возражает, чтобы они не получали реальный срок за кражу нескольких велосипедов. Мне, конечно, не хотелось, чтобы они отправились в тюрьму за реально глупый проступок, но формулировка о том, что я якобы не возражаю, меня выбесила.

И я пошел в суд, чтобы заявить о том, что я вообще-то возражаю. В здании суда было окошко, где мое заявление приняли, женщина, записывавшая мою фамилию, странно на меня посмотрела и потом узнала меня. Мы разговорились, и выяснилось, что она живет в соседнем подъезде дома, где жили мои скандалисты – бабушка и дедушка.

– Как дела? Мать видел?

– Нет, и не хотелось бы... Если только в могиле...

– Молодец! Вот и держись от них всех подальше! Это гнилое семейство!

– Твою мать... где она была раньше с этим советом?!

Одно из распространенных воспоминаний детства – когда мать с сестрой сидели в летнем кафе с какими-то мужиками, затем приходила бабушка и начинала орать на нее, я уже и не помню, что конкретно. Возможно, в тот момент мой отец уже ушел или был просто в командировке. Под гнетом бабушки усидеть в кафе далее было невозможно, и мать хватала меня в охапку и тащила домой мимо площади с фонтаном, засранной голубями... но бабушка не сдавалась – преследо-

вала нас и на всю улицу поливала мать словесной грязью.

Больше всего меня бесило, когда что-то решалось без меня или от моего имени. Я приходил в ярость. Например, этот случай: когда у меня уже родилась дочь, мне пришло смс-сообщение от страховой компании, в нем говорилось, что я спешно прошел второй этап диспансеризации какой-то федеральной программы в сфере здравоохранения, предлагающей населению оказывались услуги, наподобие медицинского осмотра или того, что сейчас называется «чекапом».

Меня это бомбануло, ведь я даже не проходил первый этап, а в сообщении шла речь уже о пройденном втором этапе, к тому же буквально накануне мы с трудом получили талон к врачу для ребенка с датой посещения примерно через месяц.

Когда я пришел в страховую компанию, то руководитель обесценивающе посмеялась надо мной на манер моей матери.

— Вам заняться, что ли, нечем?

Позже мне, конечно, принесли извинения, все это преподнесли так, как будто произошла какая-то ошибка в регистратуре. Но учитывая материалы, которые я видел, я допускаю мысль, что эти манипуляции проводились по различным финансовым причинам. Мне было этого мало, и я очень долго атаковал различные ведомства жалобами, что весьма удивило коллег моей бывшей жены и всех остальных людей, которым я когда-либо рассказывал эту историю.

– Аналогичный персонаж исполнен Беном Стилером в фильме «Гринберг», но там он писал жалобы просто потому, что у него была куча свободного времени, и ничегонеделание было частью его философии. Вы же вроде работали в сфере образования?

– Да, немного.

– Но это удивительная история, ведь в государственные больницы идут чаще всего от безысходности... я раз зашел... что-то ныл палец, но я сразу понял, что у меня все хорошо, когда я увидел блюющего кровью бомжа, который лежал на полу...

– Вот именно! Это то, о чем я говорил ранее... Если люди, имея минимальную финансовую возможность, стараются избежать посещения государственных больниц, то почему все еще так уверенно дети поступают в государственные университеты? Это ведь то же самое...

– Но вы понимаете, что на некоторые специальности никогда не будут готовить в коммерческих структурах – врачи, силовики...

– Безусловно, это общественно-государственный заказ, но я говорю в целом про сферу гуманитарного образования, которое находится в дичайшем кризисе... образовательные программы не менялись по двадцать лет... система образования до сих пор более консервативна, чем моей отец, который ходит в один и тот же ресторан.

– Но это же типа традиции.

– Нет, это уже маразм. Я ушел от темы...

Когда к матери приходил очередной любовник, она осуждала меня за то, что я выхожу в туалет. Если любовник задерживался в дверях, обычно он говорил бы что-то типа «ты хорошая, но я выбираю жену», и мне потом будет ататата.

– Почему мы должны слушать это зазорное журчание?

Я бы не сказал, что справлял нужду, чтобы целенаправленно издавать как можно больше музыкальных звуков, хотя, возможно, я просто делал это максимально громко, чтобы не слышать их разговор в прихожей или просто показать, что я там делом занимаюсь.

Иной раз мне хотелось выйти из туалета и между делом сказать:

– Да будь ты уже мужиком! Скажи ей, что она страшная и жирная!!!

Если бы я сделал это тихо, то при выходе из туалета я бы получил упрек: «Подслушиваешь нас? Чо притих?» Что бы я ни сделал – я бы получил упрек.

К совершеннолетию я настолько осточертел матери, что отождествлялся ей с вполне осязаемой преградой для построения своей счастливой личной жизни.

– Я молодая женщина – я имею право на счастье и семью.

– Молодая?

– Да, это я выгляжу на тридцать два просто, но в душе мне четырнадцать, прошлой ночью я даже обоссалась, как ты!

...Такое, мать его, ощущение, что я к этой будущей ячейке

общества даже на стадии планирования отношения уже и не имел...

– Извини, что мое журчание отвлекло тебя от построения личной жизни, но мне уже достаточно осточертели твои попытки переспать с кем-то под песню группы «Золотое кольцо» «Течет ручей, журчит ручей».

Психолог просто слушал, на его лице было явное отсутствие эмпатии, как будто он вовсе и не в этой комнате. Я так старался с этой шуткой про журчание и одноименный трек популярной некогда группы... но он не оценил. Хотя это была и не шутка. Я правда так сказал матери. Даже не пытался вставить дежурные фразочки а-ля «как я вас понимаю», хотя, возможно, ситуация такая, что ее понять при всех попытках было бы невозможно.

КОРОТКОЕ ЗНАКОМСТВО

В одну из сессий с этой типичной девушкой, которая любит Питер, ванильный латте и дуть вейпы у окна, мне вспомнился случай из периода моей жизни в Санкт-Петербурге. Я обратил внимание на пренебрежение традиционными туристическими развлечениями, а именно так называемыми плавучими экскурсиями...

Видимо, в тот редкий августовский день мне показалось, что я и не был ни разу на плавучей экскурсии. После очередного обучения каким-то образом у меня образовалось внушительное окно, не помню, с чем это было связано.

Я просто встал в очередь к первому попавшемуся катеру на набережной. Поднимаясь на борт сквозь выходящих туристов, я невольно задумался о том, сколько тел прикрывает каждый плед в интервалах между стирками, если они вообще есть. Возможно, проще купить новый плед на новый сезон. Осознание, что плед все-таки нужен, даже в этот жаркий день, пришло спустя пару минут, проведенных на палубе в ожидании выхода в акваторию...

Туристы все прибывали, перевозчик ждал, когда они набьются, чтобы произвести экскурсию с максимально эффективным выхлопом. Я уже было начал задумываться, повезет мне или нет и сядет ли со мной, как в самолете, какой-нибудь

человек с весом в сто сорок. С другой стороны, это же не рейс Пришахтная Пердь – Москва, где за время полета проходит целая мини-жизнь. Это всего лишь максимум тридцать минут, и смотреть на попутчиков не обязательно, это ведь экскурсия по Неве.

Нет, это был не какой-то излишне полный гражданин – две подвыпившие дамочки устремились в мою сторону и подсели ко мне. Я уже был укрыт пледом и не знаю, что на меня подействовало, может быть, исходящий от них запах дешевого алкоголя, может быть, терять было уже нечего, и перспективу лицезреть архитектурные шедевры невозможно было испортить их отказом. Но я это сделал, я просто взял ее руку и положил себе на колено под пледом. Бескомпромиссно.

На моем колене ее руке не понравилось, и она сразу же выбрала для руки более теплую локацию – у меня между ног. Она делала ручную работу не в первый раз, я сам бы себе так быстро не расстегнул ширинку на болтах, да еще и левой рукой... Достаточно сложно описывать весь спектр эмоций: слева Зимний дворец, о котором переобувшийся Зощенко писал, что даже краска на нем не держится, грязная гладь реки, ее рука под пледом уже повторяет язык жестов. Без слов.

Там настолько шумно, что слова и не нужны. Мне не нравится термин «преждевременная эякуляция», как будто есть какое-то время, отведенное на эякуляцию, в любом случае,

то, что произошло, я бы назвал супербыстрой эякуляцией. К счастью, экскурсия уже подходила к концу, когда судно возвращалось к причалу, я услышал от нее только фразу: «Это было очень короткое знакомство». Мы больше не встречались. Она была замужем.

* * *

Я потратил, наверное, часов двести, посещая различные консультации, этого по нормам обучения достаточно, чтобы овладеть иностранным языком на приличном уровне... Иной раз задумываешься, как психологи продают так скучно свой продукт... абсолютно никакого вау-эффекта. У большинства подход такой, чтобы дать максимально мало информации и стимулировать клиента искать ответы на свои вопросы самостоятельно. Может, это и есть замысел?

Я мечтал, чтобы на этих сеансах хоть что-то бы произошло. Например, если бы в мониторе появился психолог с банкой пива или вейпом, это хоть как-то разнообразило бы картину.

Или, может, шок-подход?

– Я на диете уже три дня, но результатов нет.

– Я вас понимаю, а может, сбрасывать вес и не стоит? Вам домашнее задание – набрать 5 килограммов до субботы.

– Я чертов неудачник!

– Надеюсь, вы верите в реинкарнацию, может быть, в сле-

дующей жизни вы будете менее жалким, чем в этой.

– У меня тревожный стиль привязанности, и поэтому я пугаю людей.

– Но первое не является адекватной причиной для второго...

А если почитать какую-то группу по психологии и все эти дискуссии и споры, мне кажется, можно увидеть на какой-то стадии спора, когда психолог чувствует, что проигрывает оппоненту в теоретической части или знании терминов, то он парирует тем, что психология – это точная наука. Как такое вообще можно, мать его, говорить? Физики до сих пор еще не определились, что такое свет – частица или поток?

– Я тебе говорила, что ты ошибся с той религиозной девушкой... сраный детектив...

– Чего я не сделал?

– Не смотрел на гормоны. Ее вес просто так появился?

– Ну я согласен... Никто же не пострадал? Она сама придет в норму... Как вообще в эру сциентизма можно рассматривать проблему лишь с одной стороны? Возьмем ситуацию – курица перебежала на другую сторону улицы к петуху. Нам нужно ответить на вопрос «почему это произошло?» (3). Эндокринолог ответил бы, что у курочки определенный уровень эстрогена в крови. Или ответить с точки зрения анатомии: точка опоры и центр тяжести таза курицы сместились и позволили ей побежать. С точки зрения эволюции: курочки, которые меньше отвечали на сексуальные ухаживания пету-

хов, оставляли меньше копий своих генов в последующих поколениях. Объясняется ли наше поведение геном, нейромедиатором или детской травмой – нельзя допускать, чтобы сфера, в которой мы находимся, умаляла значения других сфер. Ты говоришь, гормоны. Допустим. Я ответил, что это поведение произошло потому, что активировалась эта часть мозга, но какой звук или запах заставили эти нейроны активироваться? Отлично, мы ответили, что это поведение было вызвано гормоном ИКС, но гормон ИКС закодирован геном, то есть неожиданно мы уже говорим не о эндокринологии, а о генетике, а если был ген, значит, была селекция, тогда мы уже говорим об эволюции.

– Встал на путь исправления, а те психологи, которых ты перечислил, они до сих пор онанируют на старушку Блюму Вульфовну или еще что-то более базированное.

Интересно еще, например, что некоторые ведущие производители табачных изделий тратят миллионы долларов в год на исследования, проводимые в фокус-группах, лишь для того, чтобы выявить, в какой стране будет мягкая пачка, а в какой – твердая, в какой будет двадцать, а в какой – двадцать пять сигарет.

Если в США литровая банка пива может быть примером явления, известного как *supersizing* (мусклкары и прочие продукты большого размера), то в странах Европы, напротив, – 0,375 л, а у нас 0,5 л – самый ходовой объем. Тратится куча денег и времени, чтобы понять такие простые ве-

щи, но психолог-то, конечно же, все знает на основании пары книг и десятка кейсов...

Как-то я принимал участие в одной онлайн-конференции, где присутствовали шесть ведущих спикеров с различными титулами. На одну и ту же проблему каждый из них дал взгляд, принципиально отличающийся от других. Например, такая ситуация: в кабинете, где сидит рабочий коллектив из четырех человек, сотрудник, испытывая естественную потребность в свежем воздухе, открывает окно. Реакцией человека со здоровыми личными

границами было бы сказать о том, что его надо было бы предупредить, чтобы он оделся, или согласовать открытие окон в определенное время по определенному графику, чтобы никого не продуло. С другой стороны, как много остается за кадром?

Насколько сильно открывается окно? Настежь или на проветривание? Открывается ли при этом еще и дверь запасного выхода, чтобы создать невероятный сквозняк? Следует ли одному сотруднику потерпеть пару месяцев, чтобы выплатить ипотеку, и уже потом начать свои границы демонстрировать? Что если сотрудник, так нуждающийся в свежем воздухе на регулярной основе, является родственником собственника компании и лучше с ним не спорить или сразу забыть о повышении? Просто расслабиться, закрыть глаза и дышать?

Я работал в одной компании, которая находилась в про-

мышленной зоне, и уборщица, которая мыла полы, регулярно хвалила одного менеджера за то, что он приносит меньше всех грязи и у него самая чистая обувь. Этот менеджер был племянником собственника, и у него единственного была возможность беспрепятственно заезжать практически ко входу в офис, другие же сотрудники оставляли свои машины за территорией, на небольшом пустыре, где еще не было асфальтного покрытия, поэтому какое-то количество грязи и песка они приносили на ногах и получали публичный нагоняй от уборщицы.

Так что мне, сразу без разбора защищать свои личные границы, если кто-то откроет окно?

В естественных науках вообще очень многое зависит от погрешности измерительных приборов, а тут кто-то заявляет... психология – точная наука.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.