



# ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

№ 7 (33) ИЮЛЬ—2005 • ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

Ψ СТАТЬЯ НОМЕРА

## ВОЗДЕЙСТВИЕ НА СОЗНАНИЕ И ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА ЧЕРЕЗ СФЕРУ ПОДСОЗНАТЕЛЬНОГО<sup>1</sup>

(Проблема манипуляции сознанием и информационной безопасности)

Решетников М. М.<sup>2</sup>

Как известно, серьезный научный интерес к (казалось бы—сугубо психологической) проблеме бессознательного появился лишь в 50-е годы XX века. Но он стимулировал целую серию интереснейших физиологических исследований в области защитного или подпорогового восприятия, преимущественно—на Западе. Хотя было бы несправедливым не отметить здесь безусловные приоритеты отечественной науки. Так, еще И. М. Сеченов (1881) признавал, что помимо явного или осознанного ощущения, могут существовать явления, которые он характеризовал как «ощущения в скрытой форме». Тогда же Н. И. Сулловой (в лаборатории И. М. Сеченова) было установлено, что неосознаваемые раздражители могут вызывать определенные физиологические эффекты.

Однако, в последующие годы, как отмечал в свое время А. С. Прангишвили (1978), «скепсис в отношении психоаналитического истолкования проявлений бессознательного переходил постепенно в понижение интереса к самой проблеме». Тем не менее, одна из первых отечественных работ по исследованию неосознанной психической деятельности вышла в 1945 г. В этой работе Л. А. Чистович, работавший в то время в лаборатории Г. В. Гершуни, сделал сообщение о возможности выработки условных рефлексов на неощущаемые звуковые раздражители, интенсивность которых была существенно ниже порога восприятия. В последующем Г. В. Гершуни и его сотрудниками (1955) было убедительно показано, что порог ощущения не является абсолютным пределом реагирования органов чувств (и сознания) на внешние стимулы. А в 1976 году Э. А. Костандовым было выявлено, что биоэлектрические и вегетативные реакции *на эмоционально значимые* для личности стимулы формируются при более низкой интенсивности воздействия раздражителя, чем требуется для его опознания.

Наиболее значительный экспериментальный опыт по вопросу исследования неосознаваемой психической деятельности был накоплен в зарубежной психологии и медицине. Исследования Dixon, а затем Brown и Kragh, позволили сделать заключение, что во многих случаях особенности сознательного восприятия могут формироваться подпороговыми воздействиями, которые оказывают влияние как на оценку воспринимаемых объектов, так и на суждение о содержательной характеристике явлений. Эти данные затем создали предпосылки для появления концепции

«защитного восприятия», суть которой, по определению С. W. Eriksen (1954), состоит в «способности человеческого организма распознавать присутствие возбуждающих стимулов на бессознательном (не выражаемом словесно) уровне». Полученные выводы, в свою очередь, стимулировали ряд исследований по влиянию подпороговых стимулов на произвольные реакции и сознательное поведение человека. В связи с этим Л. Бейкер позднее ввел понятие «истинных психологических порогов», которые находятся ниже (физиологических) порогов восприятия, а позднее J. G. Miller установил, что распознавание без осознания является функцией тренируемой. Эти опыты были чрезвычайно просты, и осуществлялись преимущественно с помощью тахистоскопов, когда испытуемым предъявлялись стимулы (преимущественного—зрительные образы) различного эмоционального содержания в течение интервалов, исключающих возможность их опознания. Параллельно осуществлялась запись некоторых физиологических показателей и фиксировались результаты наблюдения и самонаблюдения. Особенно впечатляющими были различия реакций на неосознаваемые стимулы, символизирующие такие противоположенные понятия как «счастье» и «смерть», а также образы апеллирующие к сексуальной сфере испытуемых.

В 70-е годы XX века в результате исследований влияния подпороговых стимулов на произвольные реакции человека были получены чрезвычайно интересные данные, тут же нашедшие применение в психологии рекламы. В частности, было установлено:

- 1) подпороговая стимуляция активизирует соответствующие данному воздействию ассоциации (самыми конкурентными среди которых являются пищевые и сексуальные—и мы легко надоем подтверждение этому в современной рекламе, где апелляция именно к этим сферам естественных потребностей легко обнаруживается в рекламе пива, зубной пасты, автомобилей и т. д.);
- 2) эффективность подпорогового стимула проявляется лучше в состоянии пассивного расслабления воспринимающего;
- 3) наиболее доступным (и «уязвимым») для подпороговой стимуляции является зрительный анализатор;
- 4) подпороговые стимулы лучше реализуются, если они обращены к витальным потребностям личности (этот вывод отчасти дублирует и одновременно расширяет п. 1).

<sup>1</sup> Доклад на заседании Российской Академии Медицинских Наук (Москва, 29 октября 2004).

<sup>2</sup> Решетников Михаил Михайлович—ректор Восточно-Европейского Института Психоанализа, доктор психологических наук, кандидат медицинских наук, профессор.

Подчеркнем еще раз: поскольку перечень общих для всех людей витальных потребностей не велик, а наиболее конкурентоспособными обоснованно считаются сексуально окрашенные стимулы, а также – связанные с оральными наслаждениями, основная часть рекламы прямо или косвенно апеллирует именно к этим сферам, и реализуется электронными СМИ преимущественно в прайм-тайм (с 18 до 21 часов), когда зрители пребывают в состоянии пассивного расслабления, нередко – сочетая его с приемом пищи. Совмещение ситуации поглощения последней с поглощением информации является дополнительным («катализирующим») фактором.

В современной психофизиологии принято считать, что подпороговый стимул (особенно при многократном его повторении) формирует своего рода физиологическую «гипотезу», в результате чего повышается вегетативная активность, которая сохраняется до тех пор, пока эта гипотеза не будет «подтверждена» или «опровергнута» (реализована в действии). Но даже в случае если это не приводит к конкретному действию, подпороговый стимул может навязывать ориентировочную классификацию или идентификацию стимулов и, соответственно – формирование мотивационных установок и оценочных суждений (по принципу: «хороший – плохой»).

В этот же период было высказано предположение, что подпороговая стимуляция может оказывать определенное влияние на поведенческие реакции человека «в обход» сознательного контроля, вызывая в некоторых случаях эффект императивного подсознательного внушения, и, являясь для сознания индивида в этом случае в известной степени стимулом «изнутри», не встречает внутреннего сопротивления, т. к. субъект связывает совершаемые действия со своими внутренними побуждениями и никак (сознательно или критически) не относит их на счет чисто внешних воздействий. И хотя эти положения многократно оспаривались, тем не менее, они также активно используются в современном рекламном бизнесе.

В дальнейших исследованиях О. Roetzl было выявлено, что надпороговые стимулы, и это самое важное – *находящиеся вне фокуса внимания*, действуют так же, как и подпороговые.

Многочисленные исследования феномена Петцла, который исходил из концепции З. Фрейда, позволили сделать весьма существенные выводы, в частности:

1) анализаторы фиксируют и способствуют сохранению в памяти значительно большего объема информации, чем та, которая отражается в сознании;

2) повторное предъявление подпорогового стимула приводит к снижению порога восприятия и может вызвать пороговую реакцию, при этом преимущественно невербальную или поведенческую;

3) действие подпороговых стимулов, по-видимому, имеет много общего с эффектом постгипнотического внушения, и может проявляться через мотивационную сферу.

Здесь уместно еще раз подчеркнуть, что стимулы находящиеся вне фокуса сознания, воспринимаемые «боковым зрением» или «боковым слухом» также относятся к подпороговым, а их действие усиливается при многократном предъявлении одних и тех же стимулов.

Я позволю себе чуть-чуть пояснить эту идею ее практическим воплощением: когда мы, сидя перед экранами телевизоров, в очередной (тысячный) раз отворачиваемся от надоевшей «тети Аси с ее порошком», или от мужиков, которые «сидят за кружкой пива и не жужжат», или от надоевших зубов, которые «здесь коренные жители», и временно как бы переключаемся на другие дела, темы разговоров, домашние заботы и т. д., мы создаем самые идеальные условия для вхождения этих надпороговых стимулов в подсознание, фактически – в виде императивных подпороговых.

В заключение несколько слов о новых психологических технологиях так называемой «репрессивной коммуникации», которая активно используется современными СМИ.

Из многочисленных манипулятивных техник здесь следует упомянуть несколько основных:

1) отсечение от потоков альтернативной информации в целях блокировки критического восприятия и оценки доступной (предъявляемой) информации;

2) специальные методы убеждения некомпетентного слушателя или зрителя, не столько в форме рационального или логического построения, сколько в форме массивного интеллектуального и эмоционального воздействия, в совокупности создающих феномен «интеллектуального насилия»;

3) подбор убедительных аргументов, принадлежащих к трудно отрицаемым или не верифицируемым;

4) предложение ситуационно «лежащего на поверхности» решения в условиях дефицита времени для его восприятия, без возможности критического осмысления и обдумывания;

5) манипулятивное предложение мнений нескольких специально подобранных экспертов (заведомо представляющих не весь спектр мнений) и целенаправленное (манипулятивное) присоединение аудитории к мнению одного из них;

6) апелляция к базисным потребностям, социальным ожиданиям и примитивным чувствам аудитории (вопреки логике и здравому смыслу);

7) использование других специальных приемов PR-подавления (их сейчас известно более 200), в частности, ориентированных на минимизацию способности к самостоятельной оценке информации и формирование не самостоятельных, а так называемых «связанных суждений».

Все вышеизложенное предполагает необходимость разработки механизмов защиты каждой конкретной личности и общества от недоброкачественной информации и от недобросовестной деятельности PR-технологов. Среди направления этой работы можно было бы выделить три основных:

1) гласный анализ механизмов и приемов подавления и интеллектуального насилия;

2) обучение населения, и особенно неискушенной молодежи, методам противодействия манипуляциям и защиты своего внутреннего мира;

3) законодательные ограничения на реализацию репрессивных коммуникаций;

4) разработка и принятие этического кодекса специалистов в области PR-технологий, предусматривающего запрет на применение манипулятивных техник.

#### *Использованная литература*

Анохин П. К. Узловые вопросы теории функциональной системы. – М.: Наука, 1980. – 196 с.

Бассин Ф. В. Проблема бессознательного. – М.: Медицина, 1968. – 224 с.

Бессознательное. – Природа. Функции. Методы исследования / Под ред. Ф. В. Бассина, А. С. Прангишвили, А. Е. Шерозия. Т. 1. – Тбилиси, 1978. – 300 с.

Гримак Л. П. Моделирование состояний человека в гипнозе. М.: Наука, 1978. – 249 с.

Гримак Л. П. Резервы человеческой психики. – М.: Наука, 1987. – С. 149–206.

Лобзин В. С., Решетников М. М. Аутогенная тренировка. – Л.: Медицина, 1986. – 280 с.

Сеченов И. М. Избранные произведения. – М.: Изд-во АН СССР, 1952.

Фрейд З. Лекции по введению в психоанализ. – М.: 1922.

## Ψ НАМ ПИШУТ ИЗ ОМСКА

И вновь в нашей газете бенефис Омского отделения ОППЛ, славного своими традициями, деловой и творческой активностью. Вниманию читателя предлагается целый блок материалов о жизни Омска психотерапевтического. Здесь представлены интервью с видными специалистами, зарисовки о декадниках и летней неделе психотерапии.

Итак, говорит Омск.

### Вступление...

Получив отличные академические знания по специальности «психолог», я растерялась, окунувшись в практику: оказалось, что я много чего не знаю из того, что реально использует практический психолог в работе. Не понимаю, с чего начать и куда идти, каким образом можно войти в психологическую среду, выбрать свое направление. Пообщавшись с однокурсниками, поняла, что многих начинающих психологов тоже интересует, какие есть психологические организации, чем конкретно занимаются, что за люди там работают.

В то же время я буквально случайно попала на сессию супервизорской группы, которую проводит Омское отделение ППЛ, и познакомилась с начинающими и опытными психологами. С этого мероприятия и началась моя идентификация с профессией. Решив собрать информацию (как журналист по первой специальности) о ППЛ, о декадниках, об

обучающих программах, я побеседовала с членами Профессиональной психотерапевтической лиги. Спасибо всем тем, кто поделился со мной!

Это председатель Омского отделения ППЛ Н. Г. Белоусова, медицинский психолог, консультативный член ППЛ, аккредитованный консультант Н. М. Котляр, действительный член ППЛ, психолог В. А. Атаманский, практические психологи, члены ППЛ А. А. Капитанова, Л. В. Кравченко, Т. А. Тайгильдина, начинающий психолог, член ППЛ И. Л. Блажко.

В заключение я могу сказать, что я вступила в ППЛ, обучаюсь по одной из долгосрочных программ, посещаю супервизорскую группу, тренинги. У меня четко оформились планы на будущее, тесно связанные с психологией. Появилась уверенность в себе как в психологе. Планирую участвовать в Летней неделе и следующем декаднике.

Светлана Гладкая

## О РАБОТЕ И О СЕБЕ

### Интервью с Н. Г. Белоусовой

Наталья Геннадьевна Белоусова родилась в Омске. Там же окончила школу. Имеет высшее инженерное и психологическое образование. Действительный член ППЛ. Сертифицированный консультант Лиги. Открыла Школу высшего мастерства в психотерапии прежде, чем стала председателем Омского отделения ППЛ. Организатор Омских декадников по психотерапии, психологическому консультированию и наркологии, четвертый и пятый из которых признаны Центральным Советом ППЛ лучшими декадниками года.

Чем больше я интересуюсь психологией, тем больше желания узнать, какие это люди – психологи, и как они пришли в профессию. Тем более что в прессе почти не встречаются интервью психологов с рассказами о себе, и создается впечатление, что это закрытая информация.

– *Наталья Геннадьевна, можно ли Вас назвать закрытым человеком?*

– В каких-то случаях я «закрытый» человек, в каких-то – нет. В работе, я считаю, на первом месте должно быть дело, а на отдыхе я могу поддержать компанию. Всему свое место и время. Вообще, я легко схожусь с людьми и легко завязываю отношения – как кратковременные, так и долговременные.

– *Расскажите о том, как Вы начинали свою деятельность.*

В начале девяностых годов я работала психологом – консультантом в профилактории для сельских учителей в Омске. Работа очень нравилась, но постепенно, видя множество проблем у людей и понимая, что всем помочь я не в силах, начала думать, как я могу сделать больше. В то же время я училась нейро-лингвистическому программированию у заведующего кафедрой психотерапии Новокузнецкого ГИДУВа В. А. Кубасова, которого приглашал частный медицинский центр «Нагваль», и у специалистов этого центра – психотерапевта П. К. Мауэра, нарколога А. Г. Кульчановского. Петр Карлович Мауэр до этого работал хирургом в больнице, и успешно применял психотерапевтические методы с пациентами, находящимися под наркозом. Он внушал им уверенность в быстром выздоровлении после операции, и скорость заживления ран и сращения костей после переломов в этих случаях значительно превосходила обычную! Увлечшись методом НЛП, он оставил хирургию и занимался психотерапией, работал с отстающими детьми в школе, проводил обучающие семинары. Это был честный, порядочный, талантливый человек. При необходимости он мог по четыре часа работать с клиентом. Направляя к нему людей, я была уверена в том, что даже если он и не сможет помочь человеку, то поговорит, поддержит, и клиент обязательно уйдет довольным, не разочаровавшись ни в психотерапии, ни в психотерапевтах. К сожалению, в возрасте тридцати восьми лет Петр Карлович ушел из жизни. Я тяжело это переживала, как и группа единомышленников,

которая связывала с ним надежды на свой профессиональный рост и развитие. Позже «Нагваль» распался, и я пригласила В. А. Кубасова провести семинар по НЛП, посвятив его памяти П. К. Мауэра. После обучения ко мне подошли два участника, ныне это известные в Омске психотерапевты С. Б. Бутрик и С. А. Нижегородов и попросили, потребовали провести семинар второго уровня. Ничего не оставалось делать, кроме как продолжить организацию обучения. Сейчас я им очень благодарна, так как они невольно направили меня к тому делу, где я действительно могу помочь гораздо большему числу людей, и при этом оно мне очень нравится. С тех пор уже в течение одиннадцати лет мы проводим обучение нейро-лингвистическому программированию. Со временем присоединились другие преподаватели и другие направления. В 1994 году я ушла с государственной службы. Открыла «Школу высшего мастерства в психотерапии».

– *Как создавалось Омское отделение ППЛ?*

– В 1998 году, уже имея опыт организации семинаров, я впервые поехала на декадник, считая, что там невозможно чему-либо научиться. Мне казалось, что у участников будет каша в голове от одновременного обучения у разных преподавателей. Вернулась я с прямо противоположным впечатлением. На том декаднике я познакомилась с профессором В. В. Макаровым.

В начале и середине девяностых годов специальность психолога перестала быть элитной и стала превращаться в массовую – во многих ВУЗах открылись психологические факультеты, в том числе и второго высшего образования. С увеличением количества специалистов стали возрастать и профессиональные проблемы: дополнительного образования, обмена опытом, помощи начинающим, защиты прав. Я сталкивалась с этим все чаще и чаще. Назревал вопрос о необходимости создания общественной организации. Летом 1998 года Т. В. Злобина (сейчас Татьяна Валентиновна – член правления Омского отделения ППЛ) рассказала мне о том, что руководство лицей,

в котором она работала психологом, запрещает проводить тренинги со старшеклассниками, используя техники психосинтеза. Правовая неясность такой ситуации и была последней каплей. После этого разговора я написала письмо В. В. Макарову с просьбой назначить меня представителем ППЛ в Омске. Впоследствии меня уже выбрали председателем.

**– Декадники проводятся много лет и во многих городах. Вы сами провели уже пять декадников. Что, на Ваш взгляд, обеспечивает такую живучесть и такой успех этой формы обучения?**

– Декадник формирует особую атмосферу, в результате которой возникает такое же особое братство участников. В этой атмосфере легко учиться, легко «сжигать» собственные проблемы, легко общаться. В результате браки, профессиональные, творческие и дружеские союзы, заключенные участниками декадников, оказываются прочными и эффективными. Кроме этого, участие в декадниках дает много сил и повышает самооценку. Многие участники занимали более высокие посты и совершали неподъемные ранее дела именно после декадников. Такого эмоционального накала нет на съездах и конференциях, которые тоже по-своему полезны и выполняют свои задачи. Ежедневная бытовая жизнь в России очень трудна, трудна и наша профессиональная жизнь, поэтому я считаю, что декадники будут иметь успех и в будущем. И грамотные профессионалы все чаще будут использовать ресурсы декадников в целях постоянной «подпитки», профилактики «сгорания», профессионального совершенствования и улучшения собственной жизни.

**– Какие «изюминки» есть у Омских декадников?**

– Начинали мы в 2000 году, когда рынок психологических услуг и рынок дополнительного образования для психологов были в Омске в зачаточном состоянии. Поэтому первые пять декадников несли большую просветительскую нагрузку. За время декадника проходило двадцать бесплатных лекций и шесть дискуссий для профессионалов и непрофессионалов. Это был настоящий «шведский стол». На декаднике было все: и мастер-классы для профи, и вводные курсы для начинающих, и тренинги для желающих подлечиться, и бизнес-группы для деловых людей. Кроме этого, на каждом декаднике мы старались сделать хотя бы одно событие, которое никак не может произойти в повседневности. На первом декаднике это был совместный просмотр в Омском драматическом театре спектакля по Набокову «Приглашение на казнь» и обсуждение спектакля вместе с режиссером, который специально для этого приехал из Новосибирска. А лекция профессора М. Е. Бурно по терапии творческим самовыражением прямо перед полотнами Омского музея изобразительных искусств! На втором декаднике был коммуникативный тренинг С. В. Петрушина в большой группе. То есть одновременно в тренинге участвовали все слушатели декадника! На третьем декаднике был бал. И поверьте, ощущения людей в бальном платье или смокинге, танцующих под классическую музыку живого струнного квартета, новы, восхитительны, незабываемы! Эту традицию уникальных событий мы сохраним. На следующем декаднике участники посмотрят спектакль «Мой друг Ив Монтан» о драматической истории любви. Пьесу написала действующий омский психолог и по совместительству драматург Татьяна Чертова. Пьеса с успехом идет второй год на омских подмостках. А после спектакля обсудим и с ней, и с актером, играющим главную и единственную роль, свои впечатления, мысли и чувства.

**– Участники Омских декадников отмечают их хорошую организацию. Как Вам это удается?**

– Хорошую организацию и успех наших декадников обеспечивает качественный баланс его идеологической и технологической составляющих. Мы всегда заботимся о том, чтобы декадник был по духу и содержанию исключительным событием. Чтобы каждый участник имел реальную возможность выполнить на нем свои задачи и сверхзадачи. Технологически же мы продумываем все до мелочей, которых, в сущности, не бывает. Семьдесят событий, происходящих за восемь дней, требуют огромного внимания. За пять лет у нас сложился дружный работоспособный коллектив, все члены которого точно знают свои обязанности, работают слаженно, уверенно и без лишнего напряжения.

**– А чем отличается ваша летняя неделя психотерапии от осеннего декадника?**

Местом проведения и акцентом на отдых. Что такое отдых? Восстановление сил. Где мы теряем силы? Чаще всего – в неконструктивном общении. Где же восстанавливать силы, как не обучаясь конструктивному общению, трансформируя уже накопленные отрицательные эмоции в группе приятных, интересных людей, единомышленников! На Неделе будут и возможности профессионального самовыражения. Участники смогут провести собственный ворк-шоп, дискуссию, поэкспериментировать с группой. Неделя состоится в санатории «Меркурий», на берегу реки Иртыш. Можно взять детей – с ними будет заниматься полюбившаяся всем на прошлой Летней неделе педагог-психолог из Павлодара Т. Яхшова. Можно приехать с мужем (женой) – они могут лечиться в санатории и посещать вместе со всеми открытые мероприятия – утреннюю йогу, креативный факультатив, вечерние развлекательные программы. Смена впечатлений тоже будет – запланирована поездка в Ачаирский женский монастырь.

**– А кто будет преподавать?**

– Расскажу об одном преподавателе. Он омич. Сергей Владимирович Андриянов – врач-психотерапевт, автор двух десятков техник по телесно-ориентированной терапии тяжелых эмоциональных состояний. Нескольким из них он обучит участников Недели. «Колотун-терапия», вращение головы по методу Чарли Баденхопа, точечный массаж эмоционально-значимых зон спины, «кинестетический рефрейминг». Все техники теоретически обоснованы, детально разработаны и выверены на практике. Другой его тренинг – «Египетская кошка». Это тренинг для женщин. Синтез НЛП, эриксоновского гипноза и телесно-ориентированной терапии для достижения внутренней уверенности и внешней грации модели. Этот метод Сергей Владимирович разработал, когда проводил тренинги в модельном агентстве.

**– Как отдыхаете Вы?**

– У меня нет официального отпуска. Я отдыхаю в командировках. Для меня самый хороший отдых – съезды и конференции в Москве. Еще я люблю поспать и посмотреть телевизор.

**– Есть любимый фильм?**

– Если выбирать только один фильм, то «Кин-дза-дза!» Георгия Данелии. Там такой потрясающий юмор! «Когда у общества нет цветовой дифференциации штанов, то нет цели!». Обожаю Тарантино. Особенно «Четыре комнаты» и «Убить Билла-2». Всегда с удовольствием пересматриваю «Иван Васильевич меняет профессию» и «Покровские ворота». Нравятся наши классические многосерийные фильмы: «Семнадцать мгновений весны», «Шерлок Холмс и доктор Ватсон», «Бригада». Приятно удивил сериал «Клон». В таком банальном жанре – и такое глубокое проникновение в религиозные, научные, этические, нравственные, общечеловеческие темы! Ненавязчиво, но подробно проведена антинаркотическая пропаганда. А какое разнообразие любовных историй! Настоящая энциклопедия отношений! Этот сериал для меня сейчас – один из эталонов профессиональной работы.

**– Любимый город?**

– Их два – Омск и Москва. Омск, хоть и миллионный город, но тихий, спокойный. Здесь хорошо остановиться, поразмышлять. Москва же – наоборот, тормозит, побуждает к действию, зовет покорять вершины.

**– Какую кухню предпочитаете?**

– Русскую. Блины, щи, особенно – холодец. К сожалению, мало поваров умеют его готовить. В нем должна быть особая насыщенность вкуса и уравновешенность специй. Такой настоящий холодец готовят из моих знакомых всего три человека. Сама не люблю готовить. С удовольствием пробую новые блюда.

**– Как относитесь к животным?**

– Люблю собак, благосклонна к кошкам, равнодушна к цветам. У меня не выжил даже щучий хвост, который, говорят, выживает у всех.

**– Любимые духи?**

– Дневные – «BOSS WOMAN» от Hugo Boss.

**– А вечерние?**

– Не скажу.

– **Вы молодо выглядите. Как Вам удается быть в прекрасной форме?**

– Я высыпаюсь, придерживаюсь здорового образа жизни и пользуюсь косметикой, не содержащей вредных веществ. К тому же я очень много времени и сил уделяю личной терапии. Намного больше, чем рекомендуют профессиональные стандарты.

– **Вы коллекционер?**

– Да. Когда-то давно друг семьи, моряк, привозил из разных стран монеты. Достались мне по наследству и дореволюционные деньги. Мое последнее приобретение – весь ряд монет от одного евроцента до двух евро. Это подарок Элизабет Викоколь, аналитика из Австрии. Но я не активный коллекционер, а, скорее, вялый коллекционер «при случае».

– **Кем Вы мечтали стать?**

– В детстве мечтала стать балериной. Занималась танцами, музыкой. Закончила пять классов музыкальной школы по классу фортепиано.

– **Вы верите в судьбу?**

– Согласно своей профессиональной концепции я должна верить, что судьба есть, но ее можно изменить.

– **Любимый девиз?**

– Сейчас нет. Но вдохновляют слова профессора Макарова. Когда я спросила Виктора Викторовича при первой встрече, чем он отличается от других людей, то получила ответ: «Дисциплиной и оптимизмом». Я стараюсь действовать дисциплинированно и поддерживать оптимизм.

– **Что Вы будете делать через двадцать лет?**

– Наверное, заведу собаку.

## Ψ АВТОРСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

### ЯЙЦО – НАЧАЛО ВСЕГО ЖИВОГО

Лидия Александровна Сазонова, психотерапевт Европейского регистра, врач-психиатр высшей квалификационной категории.

Работает психиатром с 1969 года. Была участковым врачом психиатром, заведовала дневным стационаром Омской областной клинической психиатрической больницы. Семнадцать лет работает врачом психиатром-психотерапевтом в системе УВД.

Ученица профессоров В. В. Макарова и М. Е. Бурно.

Автор методики «Метафора яйца». В прошлом году Лидия Александровна стала обладателем Европейского Сертификата психотерапевта, выданного Европейской Ассоциацией психотерапии.

– **Лидия Александровна, на психотерапевтическом декаднике, прошедшем в ноябре прошлого года, многих заинтересовали Ваши семинары – вы знакомили коллег со своими авторскими технологиями «Метафора яйца» и «Психология иконы». Давайте сегодня поговорим о «Метафоре яйца», тем более что уже готова к изданию Ваша книга под названием «Праздничная психотерапия. «Метафора яйца».**

– Она не просто готова к изданию, она существует в «самиздатском» варианте.

– **Тогда стоит рассказать, как Вы пришли к написанию этой книги.**

– Я очень благодарна профессору В. В. Макарову. С его легкой руки «Метафора яйца» зажила самостоятельной жизнью. Случилось все в 1999 году, на выездном цикле по психотерапии, проводимом РМАПО (г. Москва). Виктор Викторович вел занятия, читал лекции. Предложил всем слушателям показать, «кто что может», «кто чем занимается». Я решила показать работу с яйцом и дала домашнее задание – выдуть содержимое из сырого куриного яйца, а на яичной скорлупе сделать рисунок проблемы, лица или того, что приходит в голову в первую очередь. Провела занятие. По окончании В. В. Макаров сказал: «У тебя авторская методика «Метафора яйца», я напишу о ней в своем руководстве по психотерапии».

– **А как родилась сама методика?**

– Я проработала много лет в клинике УВД. Сотрудники УВД – это люди, которые не хотят показывать свои проблемы, это особый контингент. Для того чтобы можно было образно и легко с ними работать, и чтобы они не осознавали, что с ними происходит работа психотерапевта, нужно было что-то искать. Для этого я использовала все творческие подходы. Ведь именно в творчестве человек выражается как нельзя лучше. Я в течение десяти лет провожу Новогодние карнавалы. Как-то перед праздником мы решили нарядить елку в психотерапевтическом кабинете. И я использовала любимое занятие своего детства. (В моем детстве было мало игрушек, поэтому из яичной скорлупы мы делали поделки: это были айболиты, красавицы, в общем, стандартный набор). Так вот, я предложила нашим пациентам обойтись своим творчеством. И произошла интересная вещь – на елке появились самодельные... кощери бессмертные, бабы яги. Я посмотрела на принесенный набор и подумала, ну и проблемы у сотрудников нашего УВД. Вся та нечисть, с которой они борются, оказались у них внутри. Прежде чем нарядить елку, мы начали

анализировать, используя психотерапевтические приемы анализа, то творчество, которое происходило в процессе изготовления игрушки. И когда мы этим занялись, очень активно пошел терапевтический процесс. Люди с удивлением узнали, что у них было внутри. Одно дело, когда об этом говоришь, другое – когда это наглядно представлено, когда твое содержимое возвращается к тебе в таком вот облике. Знание, что происходит, анализ этого и, как следствие, то, что раскрыто и осознано, это уже не имеет над нами силы. Наступает процесс освобождения от негативных образов. Это первая процедура. И я поняла, что метод можно использовать в лечении. И стала использовать работу с яичной скорлупой на психотерапевтических сеансах. Обычно у меня открытая группа – кто-то приходит впервые, кто-то уже решил свои проблемы. Я предлагаю сделать изображение лица, проблемы или того, что первым придет в голову на яичной скорлупе. Человек это делает.

В этой методике важно все и значимо все. Человек впоследствии понимает: то, что он делал в творческом порыве, было и показателем его проблемы, и того, как в жизни он представляет себя.

Всегда спрашиваю: «Вы сами делали работу или пользовались советом жены, детей?» Ведь это тоже показатель того, как структурируются отношения дома. Особенно при разладе в семье эта методика помогает сблизиться. Только представьте себе, приходит домой мужчина, берет яйцо и начинает выдывать из него содержимое. Все уже тут! Дети спросили, а не заболел ли отец. Жена спросила, а нет ли неприятностей на работе. Задали, в общем-то, те вопросы, которые уже давно не задавали. Потому что просто его никогда не бывало дома. Так происходит сплочение.

Если человек делает игрушку сам, значит, он независим. Но очень часто задание передоверяют кому-то. Как-то одна женщина принесла несколько готовых яиц, мы обсудили их на группе, а когда спросили, как структурировать ее проблемы, оказалось, что это не она, а ее муж сделал поделки. Что ж, это ее способ существования. Известен тест Роршаха, когда человек рассказывает, какие ассоциации у него возникают, когда он разглядывает пятна, облака... Так же и здесь, в том, что он выдывает на тарелочку, человек видит либо свою проблему, либо пути решения, либо некие символы, которые можно проанализировать.

– **А как надо выдывать яйцо?**

– В мой практике был просто анекдотичный случай. Задание я даю всем одно: «Избавить яйцо от содержимого». А вот как оно выпол-

няется – тут тоже можно увидеть проблему. Была у меня на сеансах одна дама – валютная проститутка. Страдала она психозом, ее из Москвы привезла мама, узнав, что я занимаюсь глубинной психотерапией здесь, в Омске. Она все сидела, бледнела, краснела, потела. И вот, когда я попросила сделать поделку к Новому году, а она ее не принесла, я спросила, а почему она не сделала. На что та ответила, что дома разбила все яйца, которые нашла в холодильнике. Она их не выдувала – а всасывала и выплевывала.

Предложила подумать, почему она «столь творчески» отнеслась к заданию. После долгих раздумий она пришла к выводу: «Я поняла, доктор, я ведь и из мужских яиц высасываю доллары!».

В общем, эффект осознания проблемы произошел.

**– Ну, а почему Вы выбрали яйцо, почему не изображать свои проблемы на бумаге, холсте?**

– Сама по себе форма яйца работает хорошо. Ведь все мы вышли из яйца, на самом деле это очень гармоничная форма, из которой вышло все живое. Когда мы проблемы своего лица переносим на яйцо, то происходит гармонизация. У меня была пациентка со сложным диагнозом – дисморфофобического синдрома. Это когда человек недоволен своим лицом. Лечится этот синдром очень плохо. Она изобразила на яичной скорлупе огромный уродливый нос, огромные зубы, тяжелую уродливую нижнюю челюсть. Вокруг лба извивались змеи, сползая вниз по щекам. Рассказала, что ощущает себя именно такой, хотя выглядела очень милостивой. В конце психоанализа вспомнила эпизод: в пятилетнем возрасте во время дневного сна в детсаду кто-то положил ей на лицо игрушечную змейку, проснувшись, девочка очень испугалась. До этого сеанса этот эпизод был забыт. В трансе пациентке предложили отреагировать страх и создать эпизод по своему сценарию. По выходе из транса она сообщила, что ощутила себя... укротительницей змей(!) Через несколько дней принесла другую поделку с изображением красивой девушки, с правильными чертами лица, чудесным венком на голове.

Что-то мы помним. Что-то нет. И самое трагическое, травматическое забываем. Когда мы видим проблемы через яйцо, то находим свои ресурсы, то, что даст нам выход из болезни, какой-то беды.

Даже если человек очень здоров, то он получает выход в реальность своих неосознанных сил.

И потом яйцо – это форма матки. Люди оказываются в глубинных, начальных этапах своего развития. Скажем, мама, вынашивая плод, попала в драматическую ситуацию, пациенту об этом не известно, тем не менее, он попадает в те же ситуации, став взрослым. Рисуя проблему, можно вскрыть всю травматическую, стрессовую цепочку.

Что любопытно, у меня на полке почти нет поделок из скорлупы, на которых отражены горе, человеческая беда. Потому что скорлупа не выдерживает, все самое плохое ее разрушает, а светлые поделки хранятся долго. Выдувая содержимое из яйца, мы вддуваем в него частичку своей души.

Очень интересно, как работала методика с пациентами, пришедшими из зон боевых действий. Часто люди возвращаются оттуда с диагнозом посттравматическое стрессовое расстройство, но они очень неохотно приходят к врачу. Во-первых, не считают себя больными, скорее чувствуют себя изгоями, обиженными на общество и, в, общем-то, имеют на то основания. Когда они пытаются делать свои изображения на яйце, то вдруг понимают, как у них огрубели руки. Одно дело просто об этом знать, другое – убедиться. Как только тонкие движения рук восстанавливаются в процессе работы с яичной скорлупой, начинает восстанавливаться и психика. Ведь на самом деле, работа пальцев является своего рода «массажем» для нашего головного мозга. Поэтому, для того, чтобы развить тонкость ума, полезно и вышивать. Не даром рукоделием занимались короли.

Когда я провожу тренинг «Деньги», я говорю, что надо тасовать карты, чтобы быть успешными в бизнесе, надо перекачивать шарики между пальцами.

**– Неужели просто изрисовав несколько яиц, действительно можно излечить психику?**

– Работа с яйцом – это начало. На следующих этапах – я использую различные методы: психоанализ, герменевтические подходы, что поз-

воляет структурировать процессы интерпретации. Потому что очень важно интерпретировать свое творчество и творчество тех людей, которые находятся рядом с тобой. Это дает выход на ресурсные состояния.

И, кроме того, многие люди после прохождения этой методики открывают в себе творчество, многие пишут картины, стихи.

В моей психотерапевтической группе один поэт порождает вдохновение для другого. Приходит человек, замученный своей судьбой, и вдруг видит мою пока еще «самиздатовскую» книжку. Видит, что чья-то история уже в книге, и ему тоже хочется попробовать что-то сотворить.

Вообще, когда начинаешь что-то делать, тебя ведет твоя же дорожка. В книге я описываю, как встретила с Георгием Петровичем Кичигиным, известным омским художником. С удивлением обнаружила, что на его картинах часто встречаются изображения яйца. Яйца рисовал и Ван Гог, да вспомнить того же Фаберже!

Так вот, Георгий Петрович говорил, что яйцо для него – это вечная тема начала, причем, того начала, которое, с одной стороны, очень хрупкое, а с другой – очень прочное.

Кичигин очень много пишет. Его картины хорошо продаются. Он много ездит по миру. В общем, человек успешный. Мне стало интересно, а легко ли ему даются рисунки яйца? Что любопытно, он испытывает раздражение, когда их рисует. Потому что, по его признанию, написать яйцо труднее, чем большое полотно. Совместно мы пришли к выводу, что творческий процесс и терапевтический приводят к разным результатам. Ведь художник хочет показать какую-то проблему, а мои пациенты могут увидеть свою проблему.

Есть такое понятие – мимезис – это искусство подражания. Это когда мы, к примеру, видим узнаваемое изображение леса. Нам нравится узнаваемость и мы вешаем на стену эту картину. В конце девятнадцатого – начале двадцатого веков появилось другое искусство – не мимезиса. Малевич, Кандинский, Дали, Ван Гог – творили в момент распада эпохи и стремились в своем творчестве создать свой мир. Никому не подражая. У моих пациентов похожая задача.

...У Малевича есть одна малоизвестная картина – «Дама в Лондоне». Дама оказалась на улицах Лондона в начале XX века. Мчались машины, и это было для нее шоком. Там, на этом полотне можно прочитать все, что происходит с современным человеком. Та шизофрения, которая очень часто диагностируется сейчас, начиналась уже тогда. Потому что дама на не могла собрать всю картину мира в целом, для нее движение казалось слишком сильным, и у нее распалась форма. Не было целостного образа в голове.

Мы, современные люди, вообще привыкли к мельканию, мы знаем, что нас кодируют на определенном кадре. Все это мелькание не позволяет нам создать гармоничную картину мира, потому что превышаются природные возможности мозга.

Вообще XX век – век перелома. Человек начал создавать искусственную картину мира. Интернет – это показатель. Вещь, конечно, прогрессивная, но реальность эта виртуальная. Сколько сейчас искусственных девочек и мальчиков, которые сутками общаются через сеть, а непосредственно общаться не умеют. Разве это – не расщепление личности?

А яйцо – это природный продукт, из которого вылупляется цыпленок.

**– Но и крокодилик – тоже.**

– Конечно, и поэтому я всегда говорю: «Друзья мои, то, что вылупится из вашего яйца, будет продуктом вашей переработки. Могут вылупиться и птицы, и гады. Здесь – пятьдесят на пятьдесят. Как мера добра и зла. А между ними – тоненькая дорожка, в которую нужно так вписаться, чтобы идти к своей цели.

Как следствие работы с творчеством – уходят неврозы. И всегда появляется духовность. Так у меня в моей работе мостик перекинулся к иконе.

**Беседовала Ольга Ложникова**

Материал напечатан в журнале «Омский лекарь» № 3 (10), март 2004 г.

## О ДЕКАДНИКАХ

**Вот что рассказала мне о декадниках Надежда Михайловна Котляр:**

– На участвовала во всех омских декадниках. Декадники имеют большое значение для моего профессионального развития и дают личный психотерапевтический эффект. Я специально планирую на них время. Пишу заявление на учебу, чтобы полностью погрузиться в обучение.

– Сильное впечатление произвел на меня Первый декадник. Поразила его особая атмосфера. С тех пор я стала поклонницей этого мероприятия. Я обязательно выбираю теоретическое обучение для работы и участвую в телесных, ночных тренингах для себя. И лечусь и обучаюсь. Каждый последующий декадник для меня как ступенька вверх, открываю что-то новое.

– На Четвертом декаднике я «открыла» для себя профессора Тукаева, обучилась по его двухгодичной программе.

– На Пятом декаднике новым преподавателем для меня стал И. С. Павлов. Его хорошо выстроенный материал помог мне систематизировать, структурировать пошагово психотерапевтическую работу с расстройствами.

– Методику ДДГ, представленную Е. О. Александровым на этом декаднике, можно брать и использовать сразу. Я за один сеанс получила великолепный результат при работе с фобией.

– Преподаватели все сильные, серьезные. Прекрасная организация и эмоциональный заряд!

**Я не ожидала, что, собравшись вместе для интервью, психологи Любовь Кравченко, Анна Капитанова и Татьяна Тайгильдина будут так поэтично, вдохновенно рассказывать мне о Декадниках и преподавателях. Они говорили, на лету подхватывая фразы друг друга так, что мне не удавалось зафиксировать, чьи это слова. В какие-то моменты у меня это получалось. Поэтому и материал получился, как штрихи к портрету, как эскиз на полотне, который отражает идеи нескольких авторов. Вот такое вышло коллективное творчество.**

Первый декадник. На Первом декаднике мы, начинающие психологи, испытали ощущение причастности, приближения к новому, неизвестному миру, в котором мэтры – символ, олицетворение духа этого мира, в тот момент недостижимого. Хотелось охватить все знания разом.

Сейчас. И сейчас осталось чувство причастности к духу, которое притягивает к этому событию. Мы, психологи, варимся каждый в своем котле, сам по себе. А декадник в этом смысле, нужное, объединяющее, важное мероприятие. Создается информационное и эмоциональное психотерапевтическое поле, дающее заряд энергии на год!

– Декадник – это «включатель» новых идей, творчества. Здесь закон интеллекта «один плюс один всегда больше двух» возрастает в геометрической прогрессии.

– Декадник – это еще и возможность поработать с самим собой. Условие работы психолога: умение принимать свои реакции, какими бы они неожиданными ни были. Иначе, как мы можем работать с реакциями клиента. Хирург сам себе не может сделать операцию. Психолог должен идти к психологу. К незнакомому психологу страшно идти, ведь не секрет, что в ВУЗах нет строгого отбора на эту специальность. Проще самому пойти учиться. А на декаднике попадешь к хорошему специалисту. Грех на декаднике не воспользоваться возможностью пройти личную терапию у мэтров.

– Мы не стремимся только на мэтров попадать. Начинающие психологи порой всю душу вкладывают в работу.

– Мы идем в основном на личность, а не на технику. Хорошо, когда совпадает интерес к личности и к методу.

– Декадник показывает нас друг другу. Можно встретиться с единомышленниками и найти себя. При этом чувствуешь безопасность в свободе проявления себя.

**Когда я попросила рассказать о педагогах – тренерах, моих собеседниц нужно было видеть и слышать, как менялась их речь, голос и даже поза при описании разных преподавателей. Они так увлеченно рисовали портреты любимых преподавателей, что все рассказы просто не вместились в этот материал.**

**О Викторе Аркадьевиче Кубасове.**

Он для нас первый тренер, который вписывался в модель, каким должен быть психолог-тренер.

*Анна:* «Меня поразили его руки – руки интеллигента голубых кровей. Привлекает его интеллектуальная терпимость, благородство. И это не имидж, а искренняя сущность. Он естественен, не играет».

– Тот самый Мастер с большой буквы.

– Профи: кажется, что и ты так сможешь. Нет ощущения, что тебя учит мэтр, а есть ощущение, что ты сам учишься у мэтра.

– Учитель, которого выбирают сами ученики. Сколько бы он ни учил, по нему не видно, что он устал. Работает на одном дыхании – и мы не устали. Наоборот, еще после занятия обсуждаем тему.

*Татьяна:* «Я у него отогревалась. На последнем Декаднике «навытаскивала «медведей», а в последний день пришла на одно занятие Виктора Аркадьевича, на другое – и отогревалась... Принимала себя, понимала, что эти проблемы я могу решить».

**О Викторе Анатольевиче Шапошникове.**

*Любовь:* Яркая личность! Другой Мастер. У него легкость, как у фигуриста. То есть смотришь, как ему легко, и кажется, что и ты также легко встанешь на коньки и повторишь фигуру. Нравится его смелость, творческий поиск, умение включать обучающихся в творческий процесс.

Чувствуется энергия бесконечной молодости – у него нет возраста. Это вневозрастная молодость, наполненная мудростью. Как кто-то сказал: «Я не хочу знать, сколько мне лет».

*Анна:* «Безумно нравится его «Угу». Оно выдает полное принятие того, что говорит клиент».

*Татьяна:* «Он не боится экспериментировать и делает это так, что чувствуешь, что его проект будет признан».

**О Лидии Александровне Сазоновой.**

– Она «запустила» нас, разбудила в нас на Пятом декаднике другой креатив.

– Она создает такую ауру, что все происходит само собой. Возникает эффект принятия, теплое, обволакивающее чувство, как в детской люльке, когда мама поет колыбельную.

– Так спокойно, ощущаешь доверие к миру. Да, в мире существуют опасности, но мир безопасен. Мир к тебе благорасположен.

– Холодная логика, рациональность становятся чем-то вторичным.

*Анна:* Лидия Александровна включает то детское чувство, когда мы не знали, что чего-то не можем, не умеем. Ощущаешь: если я что-либо хочу, я этому научусь. После ее занятий это ощущение не гаснет. Понимаешь, что ты можешь стать тем, кем ты можешь стать.

*Любовь:* Она «дает крылья». Тонко чувствует другого человека и может незаметно поддержать его. Очень высокий уровень эмпатии. Я «встала на крыло» после ее занятий.

Она произносит нужное слово в тот момент, когда ты потеряла это слово.

*Анна:* Лидия Александровна дает реке – способность течь, дереву – расти.

**О Евгении Олеговиче Александрове.**

– Фигура, которую обойти просто нельзя, а можно только объять.

– Провокатор. Мастер. Свообразен, как Фарелли. Из НЛП-техник делает свой уникальный стиль.

– Вытаскивает проблему, доводит ее до пика, и потом она разрешается. Мастерское видение корня проблемы тогда, когда участник ее еще только рассказывает. Если проблема надуманная – виртуозно ее выводит в позитив. Если настоящая – искусно отработывает ее в техниках.

– Синтез. Мультимодальность. Метафора. Анекдототерапия. Помните его анекдот, как психолог с психологом разговаривают? Подбегает мужик и дает пощечину одному из них. Другой удивляется. – А что случилось? – Ну, это его проблема.

*Любовь:* Нравится внутренняя свобода в нем, уважение себя. Человек говорит о своих достоинствах спокойно, без пафоса. Ощущаешь его согласие с самим собой. Он разрешает себе быть, несмотря ни на какие трудности. Понимаешь его свободу. Вообще, общаясь с Мастерами, принимаешь их свободу, которую им не нужно доказывать. Она естественна. Как цвет глаз.

**Об Алексее Яковлевиче Дериеве.**

– Крут и нестандартен! Шаманская харизма. Артистичность. Мастер. Мощнейшая энергетика, его заряда хватило до сих пор. Хочется поделиться полученной от него энергетикой, вернуть ему часть.

– А помните, как на серьезном семинаре «Недирективная терапия зависимостей и неврозов» он провел разминочное упражнение «Празднование столетия со дня рождения В. И. Ленина в казахском ауле». В результате серьезные мужчины, забыв про свои регалии, испытали безудержный восторг и счастье. Он умеет создать праздничную энергетику, фейерверки.

– Он влюбил нас в метафоры.

*Татьяна:* Он помог мне поставить плюс себе. Когда я, прорабатывая личные проблемы, держала руки отца, которого нет в живых, я смогла с этим дальше работать, я не сбежала.

**Чем Пятый декадник отличался от остальных?**

– Заключительным вечером!

– Таких финалов у нас еще не было! Очень хочется, чтобы еще была подобная обратная связь с тренерами. Происходило такое раскрытие творческого потенциала участников! Это был уровень импровизации. Некоторые моменты готовились здесь и сейчас. Как актерские капустники. Выступления были пронизаны благодарностью и восхищением преподавателями. Хочется, чтобы такие финалы стали традиционными.

*Анна:* Я после декадников вспоминаю всегда, что я по первой специальности художник!

*Любовь:* После декадников, может быть, каждый из нас уносит фразу из стихотворения Эльвиры Коровиной, психолога, участницы Омских декадников: «Я позволила себе Жизнь!»

## О ЛЕТНЕЙ НЕДЕЛЕ ПСИХОТЕРАПИИ

**Повысить свою квалификацию в области психотерапии и практической психологии можно не только на декаднике в ноябре. В Омске умеют и летом совмещать обучение и отдых. Летняя неделя психотерапии и практической психологии позволяет участникам глубоко погрузиться в познавательный процесс и в то же время ощутить природу, почувствовать радости короткого сибирского лета. Мои собеседники рассказывают о первой летней неделе психотерапии.**

«Летняя неделя хороша тем, что можно поучаствовать сразу в пяти лентах: утренняя йога, три обучающих, вечерняя, – и еще самостоятельная работа», – говорит **Надежда Михайловна Котляр**. Происходит полное погружение в работу. Интенсивная работа над собой и общение дают необыкновенный энергетический заряд. Этому способствует неформальное общение с преподавателями, которое «терапевтично само по себе».

**О быте.** Бытовые условия на бывшей детской даче сначала нас шокировали: большая комната на десять человек, мало тумбочек. Потом мы освоились: отличная баня, душевная хозяйка, которая отменно готовила! Общее проживание нас сдружило так, что мы до сих пор встречаемся как родные.

**Обучение.** Большое удовольствие доставляла йога, которую вел Марат Гусманов, гештальтист, эрудированный, интересный человек. Эффект от его занятий был виден даже со стороны.

Особая прелесть занятий в том, что мы были одни, никто не беспокоил. В. А. Кубасов, замечательный преподаватель и человек, проводил тренинг на природе, и мы могли самовыражаться свободно.

Профессор Макаров обучал полные три дня. Для меня он – образец «проработанного» человека, удачника первой степени. Его простота, доброжелательность, высокий профессионализм вдохновляют, нацеливают на развитие.

**Общение.** В Неделе участвовали начинающие и опытные психологи и люди, далекие от психологии. Хорошо, что было много приехавших из других городов: из Новокузнецка, Екатеринбурга, Челябинска, Тары, Красноярска. Уже на второй день произошло сближение между участниками. Это позволило раскрыться каждому при работе над собой.

Ярким, поворотным событием, окончательно сдружившим нас, стала поездка в Большекулачинский мужской монастырь. Набившись в маршрутку, мы пели песни для заключительного вечера. Это было весело. Поразил сам монастырь – самый древний в Омской области. Его посетил В. В. Путин, когда приезжал в Омск. Мы набирали воду из святого источника. Кто-то даже купался.

Творческая, интересная, спонтанная атмосфера всего, что происходило на Летней неделе, дала мне великолепный ресурс для работы. Я часто вспоминаю это состояние – помогает.

**Ирина Леонидовна Блажко** приехала на Летнюю неделю со шестилетней дочерью.

«Когда мы вернулись домой, дочь сказала папе: это рай на Земле!», – рассказывает Ирина. Для меня на Летней неделе важно было совместить учебу, тренинги и быть спокойной за ребенка. Поэтому очень понравилось, что за детьми присматривала Татьяна Якшова, молодого педагог-психолог из Павлодара. За ней дети ходили гурыбой. Мы с дочерью встречались только в столовой. Удачно было выбрано место: все огорожено, уединенно. Дети могли спокойно гулять. Красивая природа, сосны, полянки с земляникой, которой мы с ребенком успели полакомиться.

Понравилась возможность быть отстраненной от быта, можно было отрешиться, забыться, больше времени уделить занятиям. В городе такого состояния не получилось бы.

**Отношения.** Очень сплотили и сдружили нас совместные условия проживания. Понравилось питание, вспомнилось пионерское детство – кормили «на убой». Когда ездили в монастырь, искупались в заводи, где крестят, и дочь сказала, что она купалась, как в парном молоке. Весело прошел прощальный вечер. От души постарались отблагодарить тренеров. Запомнился общий фон занятий: ощущение полета, радости, счастья.

**Обучение и природа.** Необычны занятия на свежем воздухе. Когда шел дождь, мы занимались в корпусе. За окном шумел ливень, покачивались зеленые листья берез с каплями дождя, чистый асфальт, свежесть. Казалось, что природа помогает чувствовать очищение, обновление.

Чудесной, раскрепощенной и в то же время рабочей атмосфере способствовала и загородная неофициальная обстановка, и высокий уровень тренеров.

Поражает, как В. А. Кубасов умеет в непринужденной обстановке говорить о значимых, важных вещах. Его «Сказка о новой Золушке» раскрыла, увлекла участников, которые, казалось, вышли из времени и пространства – такие там кипели страсти.

Все тренеры необычны, интересны, с отличным чувством юмора. С ними спокойно и легко находиться рядом. Их отличает какая-то несуетливость, простота, достоинство, твердость и уверенность. Эта цельность увлекает и завораживает.

Программа была насыщенной, но информация хорошо усваивалась. Много чего пригодилось, и, я думаю, пригодится. До сих пор при какой-либо новой для меня ситуации всплывает информация, тогда полученная, и думаешь – так вот о чем говорил педагог!

**Василий Анатольевич Атаманский:** Для меня Летняя неделя была важна учебно у профессора Макарова. Это мудрый грамотный человек, который дает много энергии, положительный настрой, жизнелюбие. Удалось поработать под его супервизией. Я рад был возможности неформального общения с ним. Все это окончательно повернуло мой интерес к транзактному анализу. В результате я поучился в Москве и выбрал трехгодичное обучение по программе «Транзактный анализ – Восточная версия». Я глубоко уважаю В. В. Макарова и то дело, которое он начал. Мне близка его идея популяризации психологии, и я многому учусь у него.

Впечатлил М. Гусманов своей терапевтической эффективностью, творчеством, находчивостью и какой-то восточной неторопливостью.

Трансовое дыхание А. Дериева за один вечер дало хороший терапевтический эффект моей жене. Понравилась его отличные блиц-семинары. У него превосходное чувство юмора. Чего стоит его присказка «есть такое казахское слово экзистенция/психология/ и т. п.»! А вот одна из его баек: «Когда я жил в Казахстане, меня научили, что любой культурный человек должен знать два языка: казахский и русский. Когда я переехал в Новосибирск, я понял, как много там некультурных людей».

Удачно было выбрано место проведения недели. В перерывах между занятиями мы гуляли по сосновому лесу, даже набрали грибов, которые с удовольствием приготовили на следующий день.



**Общероссийская Профессиональная психотерапевтическая лига**  
**ПРОЕКТ ПРОГРАММЫ И ПРИГЛАСИТЕЛЬНОГО БИЛЕТА**  
**ИТОГОВОГО ОБЩЕРОССИЙСКОГО ДЕКАДНИКА 2005**

**4–12 ноября 2005 г. Омск**

**4 ноября – Международная научно-практическая конференция «Актуальные вопросы психотерапии и клинической психологии»**

В программе Декадника приглашены участвовать:

**Адждид Вардан Сингх (Индия), врач, Представитель ППЛ в Индии.** «Ментальные и другие оздоровительные практики Индии». *Семинар-тренинг.*

**Александрова Н. В. (Омск), к.м.н., врач-психотерапевт.** Гармоничный ребенок: роль семьи и психотерапии. *Лекция.*

**Белякова Н. В. (Омск), к.п.н., доцент.** Изменения в организации. *Бизнес-тренинг.*

**Завьялов В. Ю. (Новосибирск), профессор.** Дианализ в консультировании и психотерапии.

**Ермошин А. Ф. (Москва), психотерапевт Европейской регистрации.** «Психокатализ». *Авторский тренинг.* «София-анализ». *Тренинг.*

**Иванова Т. И. (Омск), к.м.н., психиатр-психотерапевт.** Рисуночные тесты в детской психодиагностике. *Лекция.*

**Катков А. Л. (Казахстан), профессор.** Метатеория и практика психотерапии Нового Времени.

**Кенга В. А. (Латвия), Председатель Ассоциации Профессиональной Трансперсональной психологии Латвии.** Интуитивно-эмпатийный подход в трансперсональной психологии. *Семинар.* «Мистерия рождения». *Тренинг-трансформация.* Холотропное дыхание. *Тренинг.*

**Кошелев Н. И. (Омск), психотерапевт.** «Мышечный ответ» в эриксоновском гипнозе. *Тренинг.* Психология внушения. *Семинар.*

**Краля О. В. (Омск), психотерапевт.** Танцевальная терапия. *Тренинг.* Тренинг развития сверхчувственного восприятия.

**Лоренц Штефан (Германия), психоаналитик.** Психоанализ связей между людьми. *Семинар.*

**Мазурова Л. Э. (Омск), главный психотерапевт Омской области.** Депрессии: диагностика и лечение. *Лекция.* Нарушения сна. *Лекция.*

**Макаров В. В. (Москва), д.м.н., профессор, Президент ППЛ, вице-президент ВСП.** Эмоции в нашей жизни. *Лекция.* Первая психологическая помощь участникам массовых катастроф. *Лекция.* Деньги. *Бизнес-группа.* Психотерапия в работе с массой тела. *Тренинг.*

**Нужный Владимир (Пермь), психотерапевт.** Трансперсональный интенсив.

**Отец Дмитрий Олихов (Омск).** Святоотеческая традиция исцеления души. *Лекция.*

**Пирогова И. В. (Омск), психолог.** Реклама психологических услуг. *Семинар.*

**Тукаев Р. Д. (Москва), д.м.н., психотерапевт Европейской регистрации.** Природа и механизмы психотерапии. *Лекция.* Современный интегративный гипноз и самогипноз. *Семинар.* Работа с телом, образами, идеями в гипнотерапии. *Тренинг.*

**Романова Илона (Екатеринбург), психолог.** Психодрама. *Тренинг.*

**Филатова А. Ф. (Омск) к.п.н., доцент.** Особенности современной семьи. *Лекция.*

**Четвериков Д. В. (Омск), д.п.н., психиатр-психотерапевт.** Зависимость от азартных игр. *Лекция.*

**Ядринкин В. Н. (Лесосибирск), психотерапевт Европейской регистрации.** Логотерапия. *Семинар.* Танатотерапия. *Тренинг.* Дыхательный марафон.

**Справки:** тел. (3812) 24-20-85 50-24-25 e-mail belous@omskcity.com www.omsk-ppl.narod.ru

**ЛЕТНЯЯ НЕДЕЛЯ ПСИХОТЕРАПИИ**  
**И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**10–16 июля 2005 г., Омск**

**Образовательная программа на Европейский сертификат психотерапевта и консультанта и загородный семейный отдых**

**ОБУЧЕНИЕ, ОЗДОРОВЛЕНИЕ, ПРАЗДНИКИ, ЭКСКУРСИЯ В АЧАИРСКИЙ МОНАСТЫРЬ**

**Семейный отдых:** если Вы приедете с детьми от 3-х лет – с ними будет заниматься детский психолог. Подростки смогут участвовать в образовательной программе со значительной скидкой. Ваш муж (жена) могут лечиться в санатории и посещать с Вами общие мероприятия недели.

**Дополнительно:** участникам предоставляется возможность провести свой ворк-шоп, прочитать лекцию, организовать дискуссию, а также участвовать в оргкомитете недели.

**Тренеры Недели:**

**Кенга В. А. (Латвия)** Председатель Ассоциации Профессиональной Трансперсональной психологии Латвии; член Ассоциации Профессионального тренинга (Россия); тренер по холотропному дыханию и трансперсональным техникам; участник сертификационной программы С. Грофа. Холотропное дыхание. Тренинг-трансформация «Мистерия рождения».

**Шушаков Д. А. (Новокузнецк)** Врач-психотерапевт, бизнес-тренер, политехнолог. Гештальт-терапия. Ораторское мастерство. Голосовой тренинг.

**Андрянов С. В. (Омск)** Врач-психотерапевт. Авторские техники телесно-ориентированной терапии. «Египетская кошка» Тренинг для женщин.

**Место проведения** – санаторий «Меркурий» вблизи Омска на берегу реки Иртыш.

**Проживание** – в 2–3 местных номерах, возможен вариант «Люкс» и «Эконом» – в палатках на территории санатория.

**Регистрационный взнос** от 2350 до 3100 руб.

**Проживание и питание** – от 945 до 3720 руб.

Впечатления участников первой Недели – www.omsk-ppl.narod.ru

**Информация, регистрация:** Белоусова Наталья Геннадьевна, тел. (3812) 24-20-85, 50-24-25, 38-20-56

e-mail: nbelous@omskcity.com www.omsk-ppl.narod.ru

## Ψ ОПЫТЫ ДУШИ

**Сегодня мы предлагаем вам материал, присланный В. Б. Азаровым, бизнес-тренером, г. Москва. Сначала – от автора и об авторе. Затем – его произведение.**

Разные биографии бывают у выпускников одного и того же педагогического института.

Некоторые читаются так:

19... г. окончил школу.

19... г. поступил... окончил...

20... г. поступил на работу...

А некоторые так:

19... г. окончил школу... поступил... окончил... поступил на работу...

Стрельба: 98 из 100. Парашют: 34 прыжка. Коричневый пояс каратэ.

Мастер спорта по самбо. Инструктор рукопашного боя.

19... г. Афганистан. Кабул. Кандагар. Советник по связям с общественностью. Два каравана с оружием, исчезнувших без следов неизвестно куда.

20... г. Чечня. Грозный. Гойское. Бамут. Село... Село... Журналист, воспевающий доблесть «маленьких, но гордых». Бабник, трус и хвостун. Его презирают чуть ли не в открытую. Но зато и не опасаются.

– Я не буду отвечать на твои вопросы, собака!

– Бу-удешь. Именно на мои. И прямо сейчас.

В открытом эфире: «Пятьдесят тонн «зелени» за голову этой собаки!»

Санитарная «вертушка». «Ну, ты ж, капитан, и живучий!»

Войска специального назначения.

«Джихад!» Сквозь толпу, как нож через масло! Два выстрела в упор!

И – тишина!

«Аллах акбар!» Стук автоматных очередей. И – тишина.

«Москва нас запомнит!» Веером от бедра. И – по-прежнему – тишина.

20... г. «Благодарю за службу! Вы свободны!»

20... г. Взрыв!

20... г. Взрыв!

20... г. Взрыв!

20... г. Москва.

– Ты убивал людей?

– Я воевал.

– Это все равно Ты убивал людей.

Что-то душит изнутри. Я не понял! Вы что же это?! Вы же живете, только потому, что вас не взорвали. Это же именно мы не пропускали их к Москве. Ненависть непонятно к кому. Обида. Бессмыслица! Вы, значит, чистенькие, а я?!!

Сын: «Папа, я тебя слушаю, как детектив из другой реальности».

Женщина: «Что ты не как все? Дерганый какой-то!»

Сержант: «Ваши документы, гражданин? Эх! Что же Вы так, товарищ майор?»

В груди кусок льда. Водка уже не берет. Бессонница.

К кому идти?! И зачем?

Чувств никаких. Три бессонных ночи подряд. Тупой взгляд в стену.

Мне уже все равно.

И – вдруг. Это случилось как-то ночью.

Фотография дочери. Худенькие плечи. Две косички. Родное лицо.

Большие лучистые глаза, глядящие куда-то в душу.

И я реально услышал ее голосок:

– Папа, как хорошо, что ты остался живой!

А-ах! Что ж, ты делаешь, Анечка?! В груди, как осколок повернулся, и что-то там задел. В сердце ударила острая боль. Перехватило дыхание. Как будто нарвался на выстрел.

И что-то в глубине, взорвавшись, понеслось изнутри наружу через горло. И вышло даже не криком, а каким-то утробным рычанием.

Льда в сердце больше не было. Но в груди осталась – пустота. И я знал: я должен ее чем-то заполнить. Это я знал точно: если я на этот свет родился, я должен выжить. И жить дальше!

Я понял: если я не решу этот вопрос для себя сам, мне его не решит никто.

И настало утро.

Московский Центр НЛП. Здесь принимают всех. Техники «по шагам».

Что-то прояснилось. Но я хочу идти дальше. Мастер НЛП. Тренер.

Тренинг «фиолетовых». Здесь тоже принимают всех. «Что ты чувствуешь, Володя?» Впервые за много лет я заплакал. И впервые мне было не стыдно плакать. Но я хочу идти дальше. Инструкторский семинар в Питере.

Но сколько же нас, таких, по России! Ох, много! Поэтому я пойду дальше.

Академия профессиональных психотерапевтических мастерских. Лиля Осипова и Алёна Улитова. Спасибо, дорогие мои учителя. Я не самый лучший ваш ученик, но все равно – спасибо за все.

Роджерс. Пёрлз. Завершаем гештальт. Член ОППЛ.

Личная терапия. Дама-психолог. Проблемы. Внутренние конфликты. Память детства. Комок в горле. Мы с младшим братом играем в куче песка. Наши игрушки топчут деревенские парни. Крик брата. Ненависть. Бросок в горло обидчику.

«Психологию»:

– Я Вас понимаю. Вас, как и многих офицеров, мучает чувство вины.

Что-о!? Вины?! Ах ты, телка московская! Да ты живешь-то благодаря таким, как я! Твой дом не взорвали только потому, что в России еще остались люди, умеющие стрелять первыми!

Я вылетаю из раппорта. И надолго.

Я ухожу туда, где люди ежедневно сражаются за результат. И я, как раньше, имею право сказать: «Делай, как я!»

Я – бизнес-тренер. Специалист по продажам.

И, говорят, неплохой.

## БРАТЬ ЖИВЫМИ!

**Офицерам группы специального назначения ГРУ  
«Байкал»**

**Пока я жив, я помню вас, ребята.**

Любые совпадения имен, фамилий и воинских званий являются случайными.

### Вместо предисловия

Пройдут века, и вам солгут портреты,

Где нашей жизни ход изображен.

Мы были высоки, русоволосы.

Вы в книгах прочитаете, как миф,

О людях, что ушли, не долюбив,

Не докурив последней папиросы.

*«Мы». Н. Майоров. Поэт, погибший в 1942 г.*

Вот так писали о той войне. Священной!

Поэты брали винтовки и уходили на фронт. В пехоту, десант, разведку.

А оставшиеся писали пронзительные по своей искренности стихи о тех, кто встал под пули.

То, что происходит сейчас, старательно пытаются не видеть.

Уже десять лет на нашей Родине полыхает огонь и льется человеческая кровь.

Убитые и искалеченные мужчины, украденные и проданные женщины, изнасилованные дети! Взятые в плен 18-летние солдаты, превращенные в рабов! Простые горожане, разорванные на куски в полутора километрах от Кремля!

Первобытное племя, вернувшее времена торговли людьми.

Кто сегодня напишет о людях в погонах, своими телами закрывающих путь нечисти, ползущей в наш дом?

Шоу-бизнесу они не интересны. Для мюзикла они – не тема.

Ну что же? Мы расскажем про себя сами.

Мы не тратим секунд, что, как пули, проносятся мимо.

Нам с тобою уже не успеть оглянуться назад.

Вновь должны мы шагнуть под прицелы чужих карабинов,

Снова жизнь укорочена, словно десантный приклад.

*«Мы». В. Азаров. Еще вполне живой в 2003 г.*

Этот человек не очень отчетливо помнил свое детство. Первое, что обычно всплывало в памяти – озорные глаза мальчишки, размахивающего руками в ритме какой-то веселой музыки.

Второе, что он помнил – тяжесть отцовского пистолета. Сын офицера!

И третье – пронзительный свист в два пальца, от которого в панике разлетелись вороны.

Тогда его звали по имени: Володей, Володькой. Иногда – Володенькой.

А потом его начали звать по фамилии.

И эта фамилия отзывалась эхом на звуки оружия.

И это было – всегда. И везде.

XVIII век. Франция. Мушкетеры короля. Упругий шаг, веселые глаза. Руки, спокойно лежащие на рукоятке шпаги. Твердый прищур, смотрящий вдоль ствола пистолета. Три клинка против семерых. «Жик, вжик, уноси готовенького!»

Подхваченный на лету надушенный платок. «Почту за честь, мадам!» и веревочная лестница, сброшенная из окна третьего этажа.

XIX век. Дикий Запад. Тяжелый кольт, мгновенно вылетающий из кобуры. Семь человек против тридцати. «Великолепная семерка». Прыжок в седло с крыши дома и верный конь, несущий седока в толпу врагов, чтобы спасти раненного друга.

Влажный взгляд, полураскрытые зацелованные губы «Мне говорили, ты страшный. А ты вон какой!». «Какой?». «Ласковый. И улыбка у тебя мальчишеская».

Золотой век Екатерины. 30-летние полковники, 35-летние генералы.

«Еще рокошет голос трубный,

А командир уже в седле.

Не обещайте деве юной

Любови вечной на земле».

Ах! Голубые, черные, карие глаза прощально смотрят из-за занавесок. Тайные слезы, чтобы никто не увидел. Ах, маменька!

XX век. Рев турбин. Вооруженный до зубов спецназ. «Первый пошел!» И, раскинув руки, он пошел, черной точкой пронзая закатное небо!

199... г. Предгорья Кавказа. Скрип тормозов сзади. Протянутая трубка. Знакомый глуховатый голос: «Володя, садись в машину. Тебе все расскажут. Времени – ноль. Вы с Александром ближе всех. Он уже на аэродроме. Командует он. Удачи!».

По именам, блин! Как все в Управлении он знал: если генерал Дронов обращается перед заданием по имени, – «прогулка» предстоит препоганая.

А тут, к тому же, еще и непрофильная.

Когда он все выслушал, захотелось, как в школе заныть: «Ну, Марья-Ванна, ну почему опять – я?»

Заложники, захваты самолетов – с ними же разбирается «Альфа», антитеррор. Их на эти именно игры и натаскивают. Мы-то здесь – каким боком? Что это отцам-командирам в чужие разборки захотелось? Своих, что ли мало?

А насчет удачи? Удача сегодня им точно не помешает. Захваченный врасплох аэродром. Взятый в заложники известный поэт. Требования террористов новизной не блещут: заправленный самолет и десять миллионов долларов.

Время тянули, как могли. Но... Не так уж и много времени у них было.

Короче, самолет уже на взлетной полосе. Имитирует заправку.

Ну, тогда ясно, почему выдернули их. Никаких загадок. Ближе всех оказались, вот и все.

Приказ Москвы: «Остановить!» И конкретное уточнение: «Любой ценой!»

Любой!

М-да.

Интересно, как они там представляют себе эту «любую» цену? Любую – это как? Есть варианты?

Хорошо было в древности. Время текло медленно. Пока лук натянешь или пращу над головой раскрутишь. И уж если у кого-то возникло желание определиться с ценой, он имел возможность сделать это не спеша. Священная книга советовала с этой целью тщательно и вдумчиво перебрать всю анатомию: «Руку за руку, око за око, зуб за зуб...». А сейчас по обе стороны – спецы скорострельные. Стрельба практически в

упор – не промахнешься. И все как-то сразу – типа договорились: «Жизнь за жизнь!».

Так что, и с вариантами, и с ценой – все ясно.

И в Управлении знают это прекрасно. Не дети.

Но, однако, зачем весь этот вестерн?

Сюжет первый. На любом аэродроме глобуса, куда они в результате съедут, их встретит и без вариантов возьмет за холку местный антитеррор. В случае какой-нибудь печали с поэтом, официальные власти выразят сожаления и соболезнования. Семье даже денежку какую-нибудь заплатят. На порядок выше той, которую смог бы заработать своими рифмами сам поэт за все оставшееся у него время. Кому положено, поскорбят. Правда, не очень долго. Так, чтобы быть в форме к моменту дележа этой самой денежки. И все довольны в результате. Цинично, но... Такова, как говорится, наша се ля ви.

Сюжет второй. Напрасивающийся. Еще более простой. До самолета им, по-любому, метров сто прошагать, но придется. Так, миль пардон, господа. Это же попросту вопрос трех снайперских стволов и двух секунд работы. С того начнем, что на ста метрах из винтовки не то, что у снайпера, у курсанта училища не получится промахнуться. Тут даже целиться не обязательно. Можно просто вдоль ствола смотреть.

А штатные снайперки сейчас имеются не то что в любой воинской части, включая стройбат, но в любом районном управлении МВД.

Что же тут играет-то?

И вот тут до него дошло еще кое-что. Он понял, почему выдернули именно их.

И от этого понимания по спине пробежал холодок.

Первое: выпускать их не хотят. Второе: мертвую валить не хотят тоже.

Значит, что остается? Остается, что кому-то они нужны – теплыми. И этот кто-то имеет право отдавать приказы генерал-майорам.

Так ведь к тому все идет, что им с Сашкой сейчас как раз и предстоит брать этих отмороzków вживую. Вдвоем – троих! Ё-моё! Мать моя женщина! Вот уж, повезет так повезет!

Подождем! Если им об этом скажут, то только в ближайшие десять минут. Другого времени просто не будет.

И не дай-то Бог действительно скажут. Потому что тогда – придется! Иначе...

Тяжелый взгляд из-под бровей: «Вы провалили задание!»

Хотя все всё понимают.

В наушниках:

– Ребята, мы прижмемся пониже. Иначе они вас заметят.

Что за бред – пониже! Стратеги, мать их! Куда же, ниже-то?! Может, вообще без парашюта?!

– Не увлекайся! Все-таки – не на матрас!

Понимающие глаза. Хорошо со своими. Без слов понимает, с какой силой мы сейчас впечатаемся в бетонку!

Взгляд вправо. Сашка! Напарник и командир. Профи! Боевая машина! Кому-то сегодня будет не до песен. И не до стихов.

Но что-то он явно нервничает. Желваки ходят. Ни к чему это сейчас.

– Слышь, Сашок, чего скажу. А ведь с такой высоты серьезные мужчины не прыгают. С такой высоты только гавно за борт вываливают.

Ну, вот, заржал. Уже легче. Хотя, по правде говоря, веселого в их ситуации немного. Вдвоем против троих, которым, к тому же, терять уже нечего. Если уходят так громко, не стесняясь, значит, засветились по полной. Уходят-то, наверняка после серьезных дел. Не за деньгами же их сюда посылали! Вполне, может быть, и уносят что-то. В карманах или головах. В любом случае по их следу уже идут, и они всей кожей чувствуют у себя за спиной азартное сопенье волокодавов. Тихо им уже не уйти. И живыми в наши руки попадать не захотят. Не та сошка, чтобы их обменивать. Пехота для паскудных дел! Которые, разумеется оформлены словесной помойкой про джихад и газават. Знают прекрасно, попади они в «контору» из них очень быстро извлекут абсолютно все, что они знают. А потом – еще и то, о чем они даже и не догадываются. А потом их так же быстро прикончат. Самолет для них сегодня – последний выход. Так что, помеха из двух спецов им будет не нужна. И уж они постараются нам это объяснить с максимальной возможной в данной ситуации доходчивостью, кучностью и скорострельностью. Смотри выше, там, где про выбор и цену.

Но, с другой стороны, что-то тут есть такое, что позванивает тихим звоночком. Где-то тут есть щелка. Щелка, щелка, щелочка, дающая

дополнительный шанс. Он знал это ощущение легкого звона, вслед за которым в голову всегда приходит что-нибудь неожиданное.

Стоп! Тихо! Вот он, этот шанс! Он поставил на их место себя. Как он сам уходил бы после какой-нибудь кадрили по аналогичному сценарию? А вот как. Всю эту пыль с заложниками и долларами тоже вполне можно было бы поднять для отвода глаз. Но на их месте он обязательно потребовал бы парашют. С соответствующей подстраховкой, чтобы это был именно рабочий парашют, а не, скажем, мешок с тапочками.

Они парашюты не потребовали. И о чем это нам говорит? А говорит это о том, что сейчас перед ними с Сашкой – не спецслужбы. А, скорее всего, выпускники каких-нибудь террористических гарвардов, которыми битком набит тот же Пакистан. Они могут быть очень даже опасны, но Школы, Школы у них за спиной нет. По отдельности каждый из них вполне может оказаться и серьезным противником, но о групповом бое понятия, скорее всего, примитивные. Об огневом взаимодействии не слышали вообще. А, значит, в шоковой ситуации они будут – думать! И каждый по своему! А в режиме неожиданности желание думать по своему неизбежно ведет к суете и бестолковщине. Которые вполне могут дать пару – тройку секунд выигрыша.

Стоп! Не расслабляться! Пока это только домыслы.

Но на душе все же чуть-чуть потеплело.

Аэропорт сверху, как на ладони. Ага, вон и самолет! Других просто нет.

Все замечательно, но как же мы к нему подходить-то будем? Самолет, он же, как на двух спичках стоит. Под ним все просматривается насквозь.

Ладно, внизу разберемся. Пошли!

Прыжок со сверхнизкой. Парашюты в небе, как две ромашки на голубом. Уже в воздухе в наушниках голос полковника: «Они вышли на полосу. Им до самолета метров 150».

Жесткий удар в ботинки. Падение. Поволокло. Отстегнулся.

Встал.

Так, вот он, самолет. Качественно приземлились! Впритирочку. Успеваем!

Опа-на! С нашей стороны у борта самолета что-то вроде трапа. Плюс трап с той стороны. Надежно закрывают обзор в нашу сторону. Ох, на месте голова у местных ребят! Не просто подойдем, а в полный рост! Хорошо начать – полдела сделать.

Справа стон. Сашка! Белое, искаженное лицо. Двумя руками обхватил лодыжку. Встать даже не пробует. Это... Это – как?! Это с его-то пятью сотнями прыжков!

Блин! Пузырек аптечный темного стекла! Грамм на 100. Откуда ему тут взяться? Здесь что, на взлетной полосе анализы сдают?

Ясно все. Сработало, как подсечка. Нога у Сашки из сустава так и вылетела!

Но, однако, господи...! Однако! Это уже картина Репина «Не ждали!» Или чья она там картина?

Между нами, господа офицеры, это уже – приехали! Вот это уже точно что – реальный шанс в родном доме музыку не услышать. Даже если она будет играть громко и на бис. Твою ж ты мать!

Само вспомнилось, как Дроньч,... отделяя одно слово от другого,... свистящим шепотом,... глядя в глаза: ...

– Ты мне только попробуй в грузовом отсеке вернуться! Только попробуй!

Да чего ты, хрень всякая, в голову-то лезешь?!

Что ж теперь!? Памперсы одеть, чтобы в ботинках не захлопало?

Как же! Не дождетесь!

Глаза в глаза. Как о многом можно сказать одним взглядом!

– Ты остался один!

– Я понял.

– Их трое!

– Я понял.

– Я не приказываю.

– Да понял, понял!

А на словах – просто: «Я доложу», – и, держа за ствол, протянул своего «стечкина».

И когда он ощутил в руке знакомую тяжесть, откуда-то изнутри пришла уверенность: «Прорвемся!».

И время понеслось скачками.

Из наушников: «Им до самолета – метров 130».

Вперед!

На соревнованиях он не бегал так быстро, как сейчас.

«До самолета 100 метров».

Стук ботинок о бетон, гул крови в висках, резь в пересохшем горле. «Им осталось 70 метров!»

Он перешел на шаг, успокаивая дыхание.

«Они метрах в 50! Второй, ты где?»

– Я под самолетом.

– Снайперы на подходе. Продержись 10 минут. Хотя бы одного – живым!

Как понял?

Да так и понял. Что тут не понять? Умеют отцы-командиры вовремя все уточнить.

«С какого же верха на тебя давят, если даже при таком раскладе требуешь кого-то спеленать живьем?»

Спокойно, мужчина! В Управлении дилетантов не держат. То, что счет 1:3 – практически нереален, знают прекрасно! И уж если давят... Что же за редкостная мразь вышагивает сейчас ему навстречу?!

Он твердо знал: шанс у него есть! Пусть один на .... Неважно – на сколько. Главное – один шанс у человека есть всегда! А, если так, ...

Ну, суки, держитесь!

– Вас понял. Одного – живым! Включите мне громкую связь! Как поняли?

– Тебе – громкую связь. Давай!

Четыре человека все ближе. Трое, как сжатые пружины. Всплыл в памяти кадр из какого-то фильма: акулы плавники, стремительно приближаясь, режут воду.

Эти уж точно, акулы. Четвертый...? Одно слово – обреченность. Сколько раз он уже за сегодняшний день умирал?!

В наушниках кто-то другой.

– Второй, внимание! Внимание, второй! Один из них инструктор, араб. Стреляет с обеих. Первый выстрел обычно с левой. Крайнего слева держи, как понял?

– Держу крайнего слева. Громкая связь?!

– Есть громкая связь! Работай!

По неуловимым для постороннего признакам он понял: говорит кто-то из своих, дроновских. Успели! А это значит – все! По большому счету, игра окончена. «Этих» – уже не выпустят!

Не один! Уже веселее!

Осталось свое дело четко сделать.

Сделаем!

Значит инструктор. Значит, он и командует. Значит он, скорее всего, и нужен. Значит, его и оставляем. Любит начинать с левой. Крайним слева? Резонно. Центральной, скорее всего, держит заложника. Не начал бы он за него прятаться. А ведь начнет! Крайний справа? Будет отвлекать от араба. Ну что же? На таком расстоянии в лоб не промахиваются!

Все громче стук четырех пар ног по бетону. Все остальные звуки куда-то исчезают. Только этот стук. А потом куда-то исчезает и он. Холодная тишина ненависти заполняет все тело.

Они все ближе. Четыре фигуры. Как на экране. Самолеты, грузовики, здание аэропорта – все слилось в блеклый светло-серый фон. И на этом фоне стремительно увеличиваются четыре черные ростовые мишени.

Ага, вот он и араб. Действительно, крайний слева.

Спасибо, родной! Хорошо идешь! Под правый ствол.

В масть!

И, когда им осталось не больше пятнадцати метров, он вышел из-за трапа и живым шлагбаумом намертво перекрыл собой путь к спасительному для них самолету.

На весь аэродром проревело, ударило по ушам «Суки, стоять!»

Два ствола в руках, двустволка зрачков. Удар ненавистью, как кнутом. Три головы дернулись назад. Они как будто стали меньше ростом.

Он давил их ненавистью, как танком, телом чувствуя сгущающийся воздух. И ответную волну растерянности и злобы. И – они остались на месте! Они не разошлись «веером», растягивая ему угол обстрела. Они так и стояли все вместе, растерянно соображая, что делать. Секунда, вторая...

Плечи, плечи расслабил!

А затем они пришли в себя.

По острому уколу куда-то в солнечное сплетение он понял: «Сейчас начнут!» И нащупал стволами двух крайних.

«Кто, кто, кто из них дернется первый?!»

Время остановилось. Он видел их движения, как при замедленной съемке. Вот оно! Плечо того, кто слева, дернулось назад. Центральной действительно пошел за спину заложнику. Правый рвет из-за пояса ствол. Рот растянут в крике.

Ори, мразь, может попадешь! Уход «бабочкой» вправо с перекатом через плечо. Стук выстрелов и звон гильз о бетон. Пули прошли воздух там, где только что была его голова и сердце.

– Стрелять учитесь, сучьи дети!

«Бабочку», этот длинный неожиданный пируэт он в свое время оттачивал месяца полтора. Эффектная вещь! Вся прелесть в том, что пока ноги описывают дугу, утягивая за собой взгляд наблюдателя, корпус устойчиво зафиксирован в развороте на противника. И то, что со стороны представляется непонятно куда летящим комком, вдруг начинает неожиданно стрелять откуда-то снизу.

Практически с уровня земли. Из обоих стволов. Арабу и правому – по плечам.

Вышел на колено. Центральному – две дырки в левый ботинок. Самого-то за чужой спиной не достать, зато ботиночки снизу – как на витрине.

Встал на ноги. Так, что у нас? На двух плечах – расплываются красные кляксы. Две руки повисли, как перерубленные веревки. Два ствола грохнулись на бетон. У третьего подламывается левая нога и он заваливается на бок.

Араб с правой – вторым стволом ловит. Не навоевался еще?! Держи, сука арабская! Второе плечо! Есть! Улегся? Ну, вот и полежи пока. Так-то оно лучше будет!

Правый? Копытит, левой рукой ствол подбирает. На, получи в башку! Есть!

Центровой? Ах, твою ж ты мать!... Граната!

С обоих стволов в низ живота! Не по-джентельменски, согласен. Но ломает пополам. Вот так, родной, на собственную гранату и ложись! А теперь – «контроль» в голову. Не люблю сюрпризов в спину от недобитых героев.

У араба рот разрывается безмолвным криком. Так ты что, еще и орешь, падал! Ненависть находит свой выход. Глаза впиваются в глаза. Рот перекошен. Он сейчас будет рвать его зубами! Пули выбивают бетонную крошку рядом с головой араба. Тот замолкает.

Ну, кто еще, кто?! Всезаполняющая жажда стрелять, убивать, резать в ремни эту нечисть, поганящую его дом!

Тишина!

Что, все?

Тишина.

Все!

Три тела на бетоне. Два неподвижны. Араб сучит ногами и бьется головой о бетон. Под ним растекается темная лужица. Блин, не помер бы. Все труды прахом...

Четвертый, стоя на коленях, судорожно хватая ртом воздух. Потом вскакивает и бросается бежать куда-то в сторону.

Беги, поэт! Возвращайся к жизни.

Не до тебя сейчас. Не до тебя!

Главное – не это.

Он их сделал! Всех троих!

И сам остался в живых!

Время замедляет свою скачку. Возвращаются звуки. Он вдруг понял, что у него стучат зубы. Краем сознания подумал, что Сашка сейчас был бы совершенно спокоен. Просто стоял бы и ждал. Ну, то – Сашка!

К нему бегут. Что-то орут, обнимают, хлопают по плечам. Аккуратно выдирают из одеревеневших пальцев стиснутые стволы.

– Все, все, Володя, все. Все, расслабился! Отпусти-ка. Слышишь, отпусти!

Какое небо синее! Облака-а! И ветерок какой-то странный... не то теплый, не то холодный.

Куда-то ведут. Сажают в машину. А откуда здесь взялась машина?

Стук захлопывающейся дверцы. О-о! Дроныч! Батя! Сам! Когда успел?

– Товарищ генерал...

– Отставить! Сам все видел.

Сгреб лапами за плечи. Тряхнул от души, да так, что чуть зубы не лязгнули:

– Молодец, Володя! Мо-лод-чага!

Хлопнул по колену. Подождал пару секунд. И – уже немного другим тоном:

– Ну, что, капитан? Сверли дырку под орден. Какой – решим.

А где отеческие интонации?! Где неформальные отношения?! Раз без входных отверстий обошлось, так уже и опять по званию! Ну-ну.

А что, собственно, «ну-ну»? Чего ты ждал-то? Жизнь продолжается.

Минуто! Орден! Орден? Не суетись, мужчина! Пусть завтра еще раз повторит. У себя в кабинете. А сейчас... Он не говорил, я не слышал.

Батя, видать, понял, что ему сейчас орден – примерно то же, что кольцо в носу. Без разницы. Резко меняет тему:

– Ладно, подождет служба. Глотни-ка. Вместо витаминов. Чтоб девки любили. Любишь девок?

– Э-э-м-м...

– Лю-ю-бишь! Насквозь тебя вижу, жеребец!

Еще один удар по колену. Да что же ты так лупишь-то? Еще один такой удар – и вышеназванные девки станут навсегда неактуальны.

– Короче, давай! Твое любимое.

Чего там, любимое? Пришелся как-то по случаю ящик «Лонг Джона». Ну и... не пропадать же добру. Да и, к тому же, кое-кто из здесь присутствующего генеральского состава тоже, помнится, не побрезговал.

Полный стакан. Ушел в два глотка. Ни вкуса, ни привычного ожога во рту. Он знал – это скоро пройдет. Поэтому без церемоний протянул стакан: еще! И генерал-майор Дронов, всеильный и могущественный, временами беспощадный Дронов, так же, не чинясь, размашистым движением плеснул ему еще полстакана Долговязого Джона.

В глубине души кто-то оживающий весело хихикнул: «Вот так, ребята! Вот кто мне в бармены пошел!»

На этот раз он ощутил и вкус, и разорвавшийся жар. По всему телу побежали теплые упругие ручейки. И понемногу он начал понимать, что он сидит на заднем сидении куда-то несущейся машины, а генерал Дронов, Дроныч, Батя, глядя на него понимающими глазами старого волка, улыбается и повторяет: все в порядке, Володя, ты их сделал!

Да, он это сделал!

А потом, через день, из стонущих уст сногшибательной победительницы очередного конкурса красоты: «Сумасшедший! Ты что вытворяешь?»

И под утро, нежно прижимаясь всем телом: «Слу-ушай! «Мой ласковый и нежный зверь» – не с тебя списывали?»

– С меня, русалка, с меня. Не только списывали. Ваяли!

– А почему я – русалка?

– А потому что у тебя... Вот здесь...

Взвизг, битье по рукам. Веселая возня. И опять прижалась.

...

Нежный, воркующий смех. Солнышки в глазах, доверчивость.

...

Краски, звуки. Время течет медленно, спокойно.

...

Жизнь! Мягкая и теплая жизнь.

Но, чтобы она могла быть такой, нужны эти люди.

Живой щит. Люди последней надежды. Люди возмездия.

Не все они дошли до мирной жизни. Не все они вписались в ее повороты.

И среди этих людей... Живой и веселый...

Везде и всегда, когда звучала команда: «Оружие к бою!» – эхом отзвучивала фамилия этого человека. И фамилии его товарищей.

Наши фамилии.

Всегда и везде. У всех народов и во все времена.

В звоне шпаги и шпор, в храпе коня и стуке копыт – ...

В клацаньи затвора, стуке выстрела и сверкнувшем на солнце ноже – ...

В предсмертном хрипе врага и в сладком женском стоне – ...

Иногда – в троечном залпе комендантского взвода – ...

Отзывались наши фамилии.

Спецназ – это не род войск. Спецназ – это выбор судьбы.

Спецназ – это мы.

От редакции.

В этом выпуске нашей газеты мы продолжаем публикацию глав из книги виднейшего омского нарколога, психиатра, психотерапевта В. П. Гиндина «Не дай мне Бог сойти с ума». Начало в № 11, 2004 г.

## МЕЛАНХОЛИЯ ПОРУЧИКА ЛЕРМОНТОВА

Бабушка по матери Елизавета Алексеевна Арсеньева (урожд. Столыпина) «была женщиной деспотичного, непреклонного характера, привыкшая повелевать; она отличалась замечательной красотой, происходила из старинного дворянского рода и представляла из себя типичную личность помещицы старого закала, любившей при том высказывать всякому в лицо правду, хотя бы самую горькую» (М. Е. Меликов).

Бабушка боготворила своего внука. «Она пережила всех своих, и один Мишель остался ей утешением и подпорой на старость; она жила им одним и для исполнения его прихотей не останавливалась ни перед чем. Не нахвалится, бывало, им, не налюбуется на него» (Е. А. Сушкова-Хвостова).

Елизавета Алексеевна пережила отца, нескольких братьев, мужа, дочь и внука. По словам П. А. Висковатого она «выплакала свои старые очи», когда Лермонтов был убит. Умерла она 85-летней старухой.

Миша, ребенком унаследовав от матери болезненность и, по-видимому, туберкулезную инфекцию, сам часто хворал. По словам П. А. Висковатова он был весьма худосочен, золотушен. На нем часто показывалась сыпь, мокрые струпья, так, что сорочка прилипала к телу.

Бабушка считала кривизну ног внука, следствием золотухи (туберкулеза) и с позиции современной медицины была права.

В возрасте 8 или 9 лет Лермонтов перенес тяжелую корь. Он целый месяц провел в кровати, метался в бреду (Б. М. Эйхенбаум). В 1825 году бабушка вместе с домашним доктором Анселем Леви везет внука на Кавказские минеральные воды для лечения от «золотухи».

Достаточно подробно о перенесенной болезни Лермонтов словами Саши Арбенина пишет в неоконченной повести «Я хочу рассказать вам...»: «...его спасли от смерти, но тяжелый недуг оставил его в совершенном расслаблении: он не мог ходить, не мог поднять ложки. Целые три года оставался он в самом жалком положении; и если бы он не получил от природы железного телосложения, то верно бы отправился на свет». Что касается «трех лет» и «железного телосложения», то это авторская гипербола, т. к. биографы и современники ни про трехлетнюю болезнь, ни про «железное» здоровье нигде не упоминают. Но все в один голос свидетельствуют о кривоногости и чрезвычайной сутулости Лермонтова и в детском и старшем возрасте. В поэме «Мцыри» Лермонтов так описывает малолетнего послушника, вкладывая автобиографические пометы:

«Он был, казалось, лет шести;  
Как серна гор пуглив и дик  
И слаб и гибок как тростник.  
Но в нем мучительный недуг  
Развил тогда могучий дух

Его отцов. Без жалоб он  
Томился— даже слабый стон  
Из детских губ не вылетал,  
Он знаком пищу отвергал,  
И тихо гордо умирал».

Не правда ли как созвучны эти строфы действительной болезни Лермонтова?

Но как бы там ни было и «золотуха»-скрофулез (туберкулезное поражение кожи) и тяжелая корь наложили неизгладимый отпечаток на физический облик поэта. В дальнейшем будет подробно дана физическая и физиогномическая характеристика Лермонтова, а пока вернемся к детским годам Мишеля.

Лермонтов получил женское воспитание. После смерти матери он жил в доме бабушки, которая фактически порвала отношения с зятем. Боясь, что отец предьявит права на сына и украдет его, она постоянно прятала внука. Мишель же очень любил отца и после редких посещений его поместья, всегда с неохотой возвращался к любимой бабушке. Рос Лермонтов в окружении бесчисленной женской челяди, среди множества молодых кузин и по словам П. А. Висковатова: «окруженный заботами и ласками, мальчик рос баловнем среди женского элемента».

Чтобы как-то внести мужское начало в характер мальчика, бабушка поощряла и потакала увлечению внука военными играми— в саду была устроена игрушечная батарея, дворовые мальчики наряжались в военные мундиры, внук ими командовал наподобие командира «потешного полка». Охота с ружьем, верховая езда на маленькой лошадке с черкесским седлом, сделанным вроде кресла, и гимнастика были также любимыми занятиями Лермонтова (А. Н. Корсаков). «В личных воспоминаниях моих Миша Лермонтов»,— пишет М. Е. Меликов— «рисуетя не иначе как с нагайкой в руке, властным руководителем наших забав, болезненно самолюбивым, экзальтированным ребенком».

Такая черта характера как доброта, чувствительность, обязательность и услужливость в отношениях с товарищами детства, сочетались в Мишеле со своеволием, упрямством, настойчивостью, которые легко переходили в жестокость. В. С. Соловьев пишет: «...Уже с детства, рядом с самыми симпатичными проявлениями души чувствительной и нежной, обнаруживались в нем резкие черты злобы прямо демонической». Далее В. С. Соловьев упоминает о страсти Лермонтова к разрушению: «Он срывал лучшие цветы и усыпал ими дорожки, с истинным удовольствием давил несчастную муху, радовался, когда камнем подбивал курицу». И сам Лермонтов описывает эти деяния, вкладывая их в уста любимого им Саши Арбенина в упоминавшемся выше отрывке «Я хочу рассказать вам».

Лермонтов любил устраивать кулачные бои между деревенскими мальчишками, а победителей, с разбитыми в кровь носами, щедро одаривал сладостями. Или уже юношей в праздничные дни в Тарханах ставил бочку с водкой для мужиков—участников кулачных боев, и, по словам, П. К. Шугаева: «Лермонтову вид драки и крови доставлял удовольствие так, что у Михаила Юрьевича «рубашка тряслась» и он сам бы не прочь был поучаствовать в этой драке, но удерживало его дворянское звание и правила приличий. Победители пили водку, побежденные уходили домой, а Лермонтов всегда при этом от души хохотал».

Так прошли отроческие годы будущего поэта. Уже в возрасте 13–14 лет он стал писать стихи, увлекался лепкой и рисованием. Не любил музыку и математику.

В 1827 году бабушка определила Мишеля в Московский Благородный университетский пансион.

Образование, полученное в Университете, ценилось очень высоко. Студенты гордились своим званием и дорожили своими занятиями, видя общую к себе симпатию и уважение. «Они важно расхаживали по Москве»,—вспоминает И. А. Гончаров,— «кокетничая своим званием и малиновыми воротниками». Лермонтов учился прилежно, удостоивался похвал преподавателей. Вместе с тем, он полюбил и светские развлечения. Так он еженедельно посещал балы в Московском благородном собрании. Мишель всегда изысканно одет, постоянно окружен хорошенькими молодыми дамами высшего общества. Товарищей же своих по Университету не замечал и проходил мимо, будто был с ними незнаком. В пансионе товарищи не любили Лермонтова за его постоянное подтрунивание и приставание (Н. М. Сатин, А. М. Миклашевский). В то же время он часто уединялся, садился постоянно на одном месте, отдельно от других в углу аудитории. П. Ф. Вистенгоф вспоминает о Лермонтова: «... имел тяжелый характер, держал себя совершенно отдельно от всех своих товарищей за что, в свою очередь, и ему платили тем же. Его не любили, отдалялись от него и, не имея с ним ничего общего, не обращали на него никакого внимания». Тот же современник описывает Лермонтова так: «Роста он был небольшого, сложен некрасиво, лицом смугл; темные его волосы были приглажены на голове, темно-карие глаза пронзительно впивались в человека. Вся фигура этого студента внушала какое-то безотчетное нерасположение». Другой современник А. З. Зиновьев будто описывает другого человека: «Он прекрасно рисовал, любил фехтование, верховую езду, танцы, и ничего в нем не было неуклюжего: это был коренастый юноша, обещавший сильного и крепкого мужа в зрелых годах».

Продолжение следует

Газета зарегистрирована Комитетом РФ по печати. Свидетельство о регистрации ПИ № 77 12126 от 22 марта 2002 г.

Учредители: Профессиональная психотерапевтическая лига, Институт повышения квалификации Профессиональной психотерапевтической лиги, Межрегиональная коллегия врачей.

Главный редактор В. В. Макаров, редактор И. А. Чеглова, ответственный секретарь И. Ю. Калмыкова.

Газета распространяется по подписке и в розницу. Возможна подписка через редакцию.

Адрес редакции: 115280, Россия, Москва, 2-й Автозаводской проезд д. 4, кафедра психотерапии, медицинской психологии и сексологии РМАПО

Отпечатано в типографии Sunprint. Тел.: 926 42 43.

Тираж 5000 экз.