

Берт Хеллингер
ИСТОЧНИКУ НЕ НУЖНО СПРАШИВАТЬ ПУТИ
Институт консультирования и системных решений
Высшая школа психологии
Москва
2005

Перевод с немецкого: Анастасии Соколовой Научный редактор: к.п.н. Михаил Бурняшев
Хеллингер Б.

Источнику не нужно спрашивать пути. — М.: Институт консультирования и системных решений, 2005. — 308 с.

Все права защищены. Любая перепечатка издания является нарушением авторских прав и преследуется по закону.

Опубликовано по соглашению с автором.

Эта книга представляет собой развернутый анализ и попытку обобщения всех наиболее значимых идей и открытий Берта Хеллингера в области человеческих взаимоотношений. «Как после летних трудов осенью собирают урожай, так и в этой книге собраны и наглядно представлены плоды многих усилий и позднее пришедшего понимания» — так говорит о своей книге сам автор.

В книге самым подробным образом описан метод семейной расстановки: подход, процесс, действие семейной расстановки, работа с движениями души. Предлагаемое издание можно без преувеличения назвать учебником системно-феноменологической терапии по Хеллингеру.

Что есть судьба? В чем единство и различия мужского и женского? Что в семьях приводит к болезни и что исцеляет? Как примириться со смертью и умершими? Как пережить пережитое?

Раскрывая на страницах книги широкий круг важных для каждого из нас тем, автор уникального психотерапевтического метода семейной расстановки побуждает читателя к размышлению и (пере)осмыслению собственного жизненного опыта и ведет путем познания к нахождению возможных решений собственных семейных и личных проблем, к нахождению гармонии с миром, таким, какой он есть, и самим собой. Принятие жизни и уход из нее, порядки отношений в паре, порядки отношений между родителями и детьми, любовь и жизнь, болезнь и душа, религия и вера в Бога — это темы, которые пронизывают всю нашу жизнь.

Многие из приведенных высказываний могут показаться спорными и даже в некоторой степени провокационными, но вряд ли могут оставить читателя равнодушным к описанным событиям и судьбам, предлагаемым решениям, которые Берт Хеллингер наглядно иллюстрирует множеством примеров из своей практики.

ISBN 5-94405-020-9

© Carl-Auer-Systeme Verlag, 2001

© Институт консультирования и системных решений, 2005

© А. Соколова, перевод, 2005

СОДЕРЖАНИЕ:

Об этой книге	15
ПУТЬ ПОЗНАНИЯ	16
Введение	16
Истина.....	16
Диалектика.....	17
Восприятие и мышление.....	18
Феноменологический путь познания.....	19
Признание путем отказа	21
Научная и феноменологическая психотерапия.....	24
Широта.....	24

Целое.....	25
Источник.....	26
Слышать и видеть	27
Понимание и действие	28
Восприятие и сомнение	28
Образ мышления и образец судьбы	29
Прерывание образца.....	30
Свет и тьма.....	30
Ученики и учитель.....	31
Видение и озарение	31
Тьма духа.....	31
<i>История «Мудрость»</i>	<i>32</i>
ЧУВСТВА.....	34
Введение.....	34
Различение чувств.....	34
Метачувства.....	37
Ярость, отчаяние, любовь	38
Ненависть.....	39
ДУША.....	40
Введение.....	40
Границы души	40
<i>История «Путь».....</i>	<i>41</i>
Порядки души	42
Болезнь и душа	43
Болезнь, душа и «Я»	43
Измерения души.....	46
Смысл жизни.....	49
Близнецы.....	49
Служение.....	50
В память об Освенциме	52
Воспоминания, которые завершают и объединяют.....	53
Убийцу влечет к <i>его</i> жертве.....	55
Покой для убийц и жертв	55
«Плохие» и «хорошие»	56
Герои без риска	57
Внимание к душе	57
Идти вместе с душой.....	59
Чистота души.....	59
Безразличие.....	59
Богатство души не сравнить ни с каким учением.....	60
Судьба.....	61
Совесть и судьба.....	61
Личная совесть.....	62
Родовая совесть.....	63
Судьба и свобода.....	64
Удавшаяся жизнь.....	65
Судьба и вера.....	67
Судьба и душа	69
ПРИНЯТИЕ ЖИЗНИ.....	70
Введение.....	70
Счастье.....	70
Восприятие счастья.....	71
Путь к счастью	71
Самореализация и полнота	72
Исцеление и благо.....	73
Границы совести	74
Вина и невиновность	76

Покой.....	78
Пережить пережитое	78
Принять смиренно	78
Солдаты и война	79
Приверженность родине.....	80
Благословение.....	81
Новая жизнь после спасения	81
Благодарность.....	82
Компенсация.....	82
Забвение.....	83
Подарок.....	84
Бытие и время.....	84
<i>История «Полнота»</i>	<i>84</i>
МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ	87
Введение.....	87
Мужчина и женщина.....	87
«Давать» и «брать» в партнерских отношениях.....	88
Обмен в любви.....	89
Будущее.....	89
Анимус и анима	89
Мужское и женское	90
Полная сила.....	90
Поцелуй.....	91
Единство и различия	92
Как удастся любовь	92
Взгляд на третье.....	93
Преимущество партнерских отношений перед отцовством и материнством.....	94
Порядки в смешанной семье	95
В браке ребенок замещает прежнего партнера одного из родителей	97
На ребенка влияют и неизвестные ему прежние связи.....	99
Браки партнеров из разных стран	99
Брак с близнецом.....	100
Большое счастье требует мужества.....	100
Счастье и несчастье.....	101
Позволить любви расти.....	101
Истинная цена.....	102
Образы любви.....	102
Страх и страсть.....	102
Страх перед любовью.....	103
Интимное.....	103
Материнское и отцовское между мужчиной и женщиной.....	104
«Слышать» и «видеть» в партнерских отношениях.....	104
Думать и чувствовать.....	104
I	
Триумф и ревность.....	105
Мстить с любовью.....	105
Начать заново.....	106
Освобождать.....	106
Расставание.....	107
Расстаться смиренно.....	107
Боль расставания.....	108
Счастье и величие.....	108
Стерилизация и партнерские отношения.....	109
Наполненная жизнь.....	109

Любовь в наше время.....	ПО
Любовь и порядок.....	111
Привязанность к родительской семье.....	112
Любовь и душа.....	112
Любовь и влюбленность.....	114
Решения.....	115
Завершение.....	116
Любовь и уважение.....	117
Любовь и бытие.....	120
ПОРЯДКИ В СЕМЬЕ.....	122
Введение.....	122
Право на принадлежность.....	122
Кто относится к семейной системе.....	122
«Плохие» и «хорошие» в семье.....	123
Целостность.....	124
Принимать родителей.....	125
Склониться перед родителями.....	125
Мир и смирение.....	126
Отец и ребенок.....	126
Жизнь больше, чем родители.....	127
Вина и надменность.....	127
Порядки любви между родителями и детьми.....	129
Детская любовь.....	129
Любовь и власть.....	130
Любовь и бессилие.....	130
Борьба сил.....	130
Благословение.....	131
Забота о престарелых родителях.....	132
Дети, умершие в раннем возрасте.....	132
Живые и мертвые.....	133
Смерть детей.....	133
Упрек как суррогат скорби.....	134
Идеализирование как суррогат скорби.....	134
Надменная скорбь и скорбь смиренная.....	135
Имена умерших.....	135
Исключенные умершие.....	136
Дети, от которых отказались родители.....	136
Искушение.....	138
Семейные тайны.....	138
Инвалиды в семье.....	139
Ребенок-инвалид.....	139
Брат (или сестра)-инвалид.....	139
Контерганнные дети.....	140
Инвалидность партнера.....	141
Инвалидность родителей.....	142
Сила, которую может дать инвалидность.....	142
Изначальный порядок.....	143
Когда вместо виновных бьют слабых.....	143
Когда отец готов заботиться о детях после развода.....	143
Уважать родителей.....	144
Уважать или покоряться.....	144
Порядок и любовь.....	145
Любовь и жизнь.....	145
Ранняя смерть отца или матери.....	146
Лев.....	146
Как уважать умерших родителей.....	147
Травмы.....	147

Надменность.....	148
Боль расставания.....	148
Прощание.....	149
Порядок в созвучии.....	149
ЧТО В СЕМЬЯХ ПРИВОДИТ К БОЛЕЗНИ	
И ЧТО ИСЦЕЛЯЕТ.....	150
Введение.....	150
Любовь, которая ведет к болезни, и целительная любовь	150
<i>История «Дварода счастья».....</i>	<i>152</i>
Пути к новым ориентирам.....	157
Психотерапия и медицина.....	157
Болезнь и порядок.....	158
Болезнь как процесс исцеления души.....	159
Рак.....	159
Истощение и булимия.....	163
Питание и посты.....	164
Одержимость едой (обжорство).....	164
Аллергия.....	165
Астма.....	165
Депрессия.....	165
Семейная динамика при психозах.....	167
Семейная расстановка.....	167
Движения души.....	167
Любовь.....	169
Решение.....	169
Прерванное движение.....	171
Что приводит к неврозам.....	172
Смерть во время родов.....	172
Магическая любовь и любовь знающая.....	173
Уважение границ.....	174
Привязанность.....	175
Тяжелобольные дети.....	176
Болезнь и компенсация.....	177
Инцест.....	178
Решение для следующих поколений.....	180
Уважение вместо искупления.....	181
Смерть вместо другого.....	182
Заключительный штрих.....	182
СЕМЕЙНЫЕ РАССТАНОВКИ И ДВИЖЕНИЯ ДУШИ.....	183
Введение.....	183
Семейные расстановки.....	183
Что дают семейные расстановки.....	184
На что необходимо обратить внимание при семейных расстановках.....	185
Душа указывает путь.....	185
О подходе при семейных расстановках.....	187
Стандартные вопросы.....	188
Серьезность.....	189
Системный подход.....	189
Не уходить от существенного.....	189
Силовое поле.....	190
Доверять полю.....	190
«Починить» или «дать вырасти».....	191
10	
Исцеление как подарок.....	192
Осторожность при контроле результата.....	193
Мужество узнать правду — такую, как есть.....	194

Любопытство унижает.....	194
Опираться в душе на любовь.....	195
Границы семейной расстановки.....	196
Живые и мертвые.....	196
Знание в силу принадлежности к общей душе.....	196
Помогать в гармонии.....	197
Собственные и чужие чувства.....	199
Насколько правдивы заместители.....	200
Замещение и собственное «Я».....	201
Преимущество большего.....	202
Одна из реальностей.....	202
Толкования ограничивают.....	203
Воздействие на других членов семьи.....	204
Когда необходимо остановиться.....	204
Смотри вперед — за спиной родители.....	205
С чем необходимо считаться.....	205
Минимализм.....	205
Действие последует за душой.....	206
Оставить картину расстановки позади.....	207
Результат в отсутствие действия.....	207
Пустая середина.....	207
Мгновение, которое несет.....	210
Решение как созревший плод.....	210
Решение и отказ.....	211
Решение путем невмешательства.....	211
Разрешающие фразы.....	212
Глубины души.....	213
«Я останусь еще ненадолго».....	215
Привычное и доступное.....	215
Исцеление семейной души.....	216
Молния.....	217
Когда удается расстановка: обзор.....	217
Путь познания.....	217
Процесс.....	218
Семейная расстановка.....	219
Клиент.....	219
Терапевт.....	220
Заместители.....	220

11

Вопросы.....	221
Собранность.....	222
Знаки.....	223
Открытость.....	223
Начало.....	223
Подход.....	224
Уплотненные расстановки.....	225
Пространство.....	225
Участие.....	226
Силовое поле.....	226
Умершие.....	227
Душа.....	227
Любовь.....	228
Компенсация.....	228
Преимущество старших.....	229
Полнота.....	229
Решения.....	229

<i>История «Два рода знания»</i>	231
Семейные расстановки и движения души.....	233
Порядки родовой совести.....	233
Порядки личной совести.....	235
Взаимные движения обоих видов совести.....	237
Движения души.....	237
Опыт с движениями души.....	238
Пример: женщина, больная раком.....	240
Пример: израильтяне и палестинцы.....	241
Пример: женщина, страдающая обжорством.....	242
Умершие.....	242
Пример: женщина, умершая в родах.....	243
Пример: индианка и ее сестра, погибшая в результате несчастного случая.....	244
Предки.....	245
Смерть.....	245
Пример: страх смерти.....	246
Будущее.....	247
ПОМОЩЬ И РЕШЕНИЕ	248
Введение.....	248
Решение без проблемы.....	248
Интуиция и решение.....	248
Решение следует за любовью.....	249
12	
Описание проблемы поддерживает саму проблему.....	249
Отклонения служат решению.....	249
Границы помощи.....	250
Увидеть время, которое осталось.....	254
В гармонии со смертью.....	255
Привязанность и прогресс.....	255
Основные терапевтические позиции.....	256
Круг.....	257
Два рода помощи.....	258
Уважение.....	258
Сдержанность.....	260
Соппротивление.....	260
Необратимые последствия.....	260
Сострадание.....	261
Полнота.....	262
Психотерапия в гармонии.....	262
СКАЗКИ И ИСТОРИИ	264
Введение.....	264
Судьбы в зеркале сказок и историй.....	264
1. Собственно тема.....	264
2. Иллюзия.....	265
3. Поворотный пункт.....	265
4. Пробелы.....	266
5. Стратегии разочарования.....	266
6. Смещение.....	267
7. Место в жизни.....	267
8. Симптомы.....	267
9. Решения.....	268
10. Контр истории.....	268
11. Примеры контр историй.....	268
Истории в помощь детям.....	269
Ночное недержание.....	269
Запор.....	271

Дети, которые пачкают штаны.....	271
Ребенок-упрямец.....	272
РЕЛИГИЯ	274
Введение.....	274
Религии.....	274
<i>История «Другая вера»</i>	277
13	
Уважать тайну.....	278
Хранить молчание.....	279
Образы Бога.....	280
Критика церкви.....	281
Высшее благо.....	281
Движения души.....	282
ЖИЗНЬ И СМЕРТЬ	284
Введение.....	284
Собранность и смерть.....	284
Живущие и умершие.....	285
Прийти и уйти.....	286
Движение к смерти.....	287
Принятие жизни и уход из нее	287
Смерть и завершение.....	289
Уважение к умершим.....	290
Рано умершие.....	291
Аборты.....	292
Смерть больше, чем жизнь.....	293
Насильственная смерть.....	294
Пересадка органов.....	294
Умирание и смерть.....	294
Первопричина.....	265
Ранняя смерть.....	265
Смерть и примирение.....	266
Страх смерти.....	298
Примирение с умершими.....	299
Образы жизни и смерти.....	301
Преимущество жизни.....	301
Душа.....	303
Путешествие в царство мертвых.....	303
Межвременье.....	305
Жить до конца.....	306
Заключительное слово.....	306
Жизнь продолжается.....	306
Счастье.....	307

Об этой книге

Разделы этой книги написаны в период с 1992 по 2000 годы. Все высказывания приводятся в определенном контексте, поскольку я озвучивал их во время моих курсов в виде введений, объяснений или выводов относительно того, что происходило. Иногда это были ответы на вопросы участников курса или ответы на вопросы во время интервью или докладов. Т. к. курсы и интервью издавались отдельно, их можно найти в дословном исполнении, в этой книге я их только немного отредактировал.

Все написанное следует воспринимать в контексте, т. к. приводимые высказывания относятся к конкретным ситуациям. Контекст придает им цветность и делает живыми, поэтому они раскрывают ту или иную тему не полностью, а только в той мере, в какой этого требовала конкретная ситуация или конкретный вопрос. Некоторые высказывания схожи, но в зависимости от ситуации приобретают дополнительное значение. Только в главе «Судьбы в зеркале сказок и историй» я раскрывал тему обзорно.

Читателю может показаться, что за моими рассуждениями не стоит целостная теория. Но что бы это дало? Если вытацишь на берег невод, полный рыбы, — она твоя, и каждую рыбешку ты

можешь подержать в руках. Но, к сожалению, эта рыба не сможет больше плавать. В этой книге вы сможете увидеть, как плавают каждая рыба.

Как я работал над этой книгой, можно проиллюстрировать на примере одной истории. Юноша спросил учителя о свободе, учитель ответил: «Некоторые думают, что ищут истину в своей душе. Но Большая Душа сама думает и ищет через них. Так же, как и природа может себе позволить много ошибок и постоянно с легкостью заменяет плохих игроков на новых. Давая время на размышление, она дает свободу, как река — пловцу, который отдается ее течению, и та несет его своей силой к другому берегу».

Чтобы читателю было легче ориентироваться, я разбил содержание книги на отдельные разделы и каждый из разделов снабдил введением.

Ваш Берт Хеллингер

15

ПУТЬ ПОЗНАНИЯ

Введение

Эта глава знакомит с исходными позициями, которые готовят к глубокому пониманию, прежде всего к пониманию возможных решений. Исходные позиции — это отсутствие намерений, мужество, открытость новому, неизвестному, сдержанность и согласие с тем, что выявится, даже если это требует от нас усилий на пределе возможного.

Основные понятия: феноменологический путь познания, феноменологический подход, истина как данность, открывшаяся истина как побуждение к действию.

Истина

Истина — это нечто, что стремительно появляется из небытия и снова погружается в небытие. Она появляется внезапно и снова исчезает. В тот миг, когда она приходит, она верна. В этом нет сомнения. Мы недооцениваем существа истины и познания. Пытаясь увековечить момент истины, мы недооцениваем ее быстротечность. Истина — это быстротечное благо.

Но все же в момент своей внезапной вспышки истина верна. Поэтому протест против открывшейся истины всегда приходит слишком поздно. Она уже исчезла.

УЧАСТНИК: Но это, конечно, очень субъективное открытие.

БЕРТ ХЕЛЛИНГЕР (далее Б. Х.): Совсем нет. И в этом все дело. Если истина открывается в процессе семейной расстановки, она доступна всем.

УЧАСТНИК. Но только после того, как ты ее сконструировал.

Б. Х.: Я не конструирую, я ее вижу. Она открывается внезапно. Например, во время последней расстановки я внезапно

16

увидел, что речь идет об абортированном ребенке, я ее почувствовал.

УЧАСТНИК: Включив в расстановку ребенка, ты сконструировал истину для участника, с которым работал.

Б. Х.: Кто конструирует, тот (за редким исключением) попадает не в цель, а рядом, потому что конструкция не проникает в душу, а только в голову. Это важное различие. Я заметил, что, если я в процессе работы озвучиваю то, что мне открылось, достаточно посмотреть на лица, чтобы понять, так ли это. По воздействию всегда можно понять, достигло ли оно души. Если же я что-то измыслил, возможно, уже сформулировал и высказываю вслух, то вижу, что реакция отсутствует. Воздействие не достигло души.

Когда вы говорите о конструировании, спросите себя: почему одна конструкция действует, а другая — нет? Вероятно, действует что-то еще, нечто за пределами конструкции. Иначе не было бы так, что одна конструкция действует, другая — нет. Обе должны были бы действовать одинаково или одинаково не действовать.

УЧАСТНИК: Когда происходит расстановка семьи, обозначается отсутствующий порядок, тогда ты говоришь, что терапия окончена. А какой была бы констелляция, если с участником этой расстановки сделать вторую расстановку?

Б. Х.: Тот, кто делает вторую расстановку, возможно, хочет вновь осознать исчезнувшую истину, но это невозможно. Ее уже нет. Я могу сделать вторую расстановку, но только если поступила совершенно новая информация или вместо уже расставленной системы необходимо сделать расстановку родительской системы, и наоборот. Тогда будет принесено что-то новое.

Диалектика

Диалектика предполагает осознание в три шага. Тезис, превращаемый в антитезу, они дают синтез, который становится новым тезисом, превращается в антитезу, что приводит к новому синтезу.

Принципиально важно, чтобы антитеза представляла собой не просто мнение или возражение, но новый взгляд.

2 - 5433

1 7

Если один человек в процессе диалога высказывает свой взгляд на любовь или делится своим опытом о ней, а другой обладает иным взглядом либо опытом, то это — антитеза в диалектическом смысле, но это такая антитеза, которая ведет к синтезу, обогащающему обоих.

Часто бывает так: кто-то высказывает свое убеждение в качестве тезиса, а другие в качестве антитезы приводят возражения, которые ставят тезис под сомнение. Действуя таким образом, они рассматривают тезис в качестве простого мнения, тем самым лишая его силы, несмотря на то, что данный тезис основан на восприятии и является его описанием.

Ключевым словом для такого типа антитезы является слово «но». Такое «но» обесценивает непосредственное восприятие. Если я, например, глядя на гору, говорю «но», я уже не воспринимаю ее такой, как есть, хотя гора и стоит передо мной. Своим «но» я лишаю гору части ее величия и мощи.

Возражать можно против чего угодно, не тратя сил на восприятие, не имея терпения ждать до тех пор, пока не придут новое понимание и новый опыт. Поэтому возражения всегда так скоры. Понимание, напротив, требует времени.

Я бы хотел еще кое-что сказать о диалектике. Возражая против чего-то, человек чувствует себя свободным. Возражения рождаются из собственного усмотрения, они не предполагают необходимости обоснования. Мысль обретает свободу, связанную с ощущением власти. В то время как свобода действий становится чрезвычайно мала. И может ли человек, высказавший все свои возражения против понимания и опыта другого, сделать что-либо, выходящее за рамки понимания другого?

Тот же, кто отказывается от всяких возражений, в своем мышлении несвободен. Свобода его мысли весьма ограничена, поскольку он руководствуется непосредственным восприятием действительности. При этом он свободен в своих действиях, у него много возможностей.

Восприятие и мышление

Существует несколько путей к истине. Я иду путем, который мне знаком, но есть и другие. Поразительно, как много на

18

свете композиторов, но никто из них не сочинил точно такой же мелодии, как и другой. У каждого свое видение. Все мелодии различны, и каждая по-своему прекрасна.

Так же и два человека не могут обладать идентичным пониманием в отношении одного предмета. Если у обоих сложилось особое общее понимание предмета, то понимание каждого из них будет несколько отличным от понимания другого. Полнота не может быть достигнута только одним путем.

Понимание идет от восприятия. Многие, уклоняясь от непосредственного восприятия, высказывают некие надуманные утверждения или возражения, которые не являются результатом восприятия. Это слишком просто, это может и глупец. Когда восприятие идет от ощущения, понимание и восприятие взаимно дополняют друг друга.

Мышление без восприятия всегда ходит по кругу. Одно лишь размышление не даст нам понимания. Понимание идет от восприятия, а мышление следует за ним. Поэтому понимание начинается с восприятия и продолжается в мышлении.

Феноменологический путь познания

То, что я демонстрирую вам, — это феноменологическая психотерапия. Феноменология — это древний философский метод. Она требует высокой самодисциплины. Поясню на собственном примере.

Я хотел понять, что такое совесть и как она действует. С точки зрения феноменологического метода нужно сначала забыть все, что слышал об этом раньше, в нашем случае о совести. Не принимать во внимание ничего из того, что знал раньше. Это создаст «внутреннюю пустоту». Затем нужно отказаться от всяких намерений, например, намерения сделать большое открытие. Итак, нужно забыть обо всем и предаться совести, как предаешься неизвестному. И ждать. В случае с совестью я ждал многие годы. Я просто предавался ей снова и снова. Как, собственно, действует совесть? Что происходит во мне, когда я ощущаю ее? Что происходит с другими, когда они ощущают ее? Что происходит, когда они не ощущают ничего, но действуют словно движимы чем-то? Спустя много лет как из темноты ко мне пришло первое понимание. Внезапно я понял, что такое

совесть. Я также понял, что существует несколько видов совести, на разных уровнях, и что совесть следует определенным порядкам. Это в основе своей — порядки любви.

Но то, что открылось внезапно, невозможно сформулировать. Я дефинировал совесть только в определенной мере и чувствую, что за этим кроется что-то еще, чего я не понимаю. Но я и не хочу этого. Тому, что я понял, я даю «опуститься на дно». Когда я просто предаюсь этому, понимание поднимается во мне и снова опускается на дно, я нахожусь в движении, которое все время дает мне новое понимание. Оно открывает мне возможность работать с совестью на практике, работать с тем пониманием совести, которое мне открывается. Феноменологический метод помог мне это понять.

В основе феноменологии лежит иное понимание истины, чем то, что привычно нам. Мы часто пытаемся зафиксировать истину, полагая, что она непреложна и вечна. Мы думаем: «Это я открыл истину, она у меня в руках. С ее помощью я могу овладеть проблемой или даже целым миром!» Такой поиск истины — это особый внутренний процесс.

Однако такая истина зачастую просто придумана. Вот тут и начинается спор между теми, кто думает, что их истина верна, и теми, кто считает, что их истина «вернее», при этом и те, и другие полагают, что взяли истину в аренду. Так истина становится мячиком в борьбе двух сил. Такое противоборство всем нам знакомо.

Феноменологическая истина иная. Эта истина показывается лишь на миг (и мы с вами могли это наблюдать в процессе работы). Что-то покажется на свет — ты видишь блеск. Пытаешься схватить это — оно исчезает. Стремление в терапии нечто «проработать» — это такая попытка схватить. Так же и страх: «Что будет, если я покажу это» — это все та же попытка, но несколько иного рода. Это желание избавиться от блеска. Стоит занять феноменологическую позицию, и истина сможет показаться такой, как есть. Я смотрю на нее, склоняюсь перед ней и позволяю ей снова уйти. Внезапное появление истины действует гораздо сильнее, чем ее обсуждение. Она просто была здесь и опять ушла.

Истина всегда проявляется по-разному. Она никогда не повторяется. Терапевт благодарен ей, когда она приходит, и отпускает, когда она снова уходит. Это как счастье: все радуются его приходу, а если оно уходит, надо дать ему уйти.

20

В таком случае не возникает никакого спора. Тут не о чем спорить. Истина является на миг (каждый может это увидеть) и снова исчезает. И то, что выявилось, действует в душе. Как? Я не знаю. Если я побегу вслед за пациентом, крича: «Давай попробуем сделать еще лучше!» — то, что выявилось, исчезнет, исчезнет, превратившись в банальность, от огня останется лишь пепел.

Итак, в качестве основной позиции феноменологическая терапия предполагает благоговение, благоговение перед действительностью. Тогда не возникает искушения манипулировать открывшейся действительностью, смягчать ее или усиливать. Выполняя свою работу, я благоговею перед действительностью. Это и есть феноменологическая психотерапия. Я надеюсь, что смог это в какой-то мере объяснить.

Признание путем отказа

Феноменологический метод — это старый философский метод. В соответствии с этим методом необходимо предаться чему-либо — без намерений и страха. Забыть обо всем, что знал до этого. Нужно предаться неизвестному, и внезапно познаешь суть дела.

Когда я работаю с семьей, я отдаюсь ей целиком, без каких-либо намерений, без намерения помочь. Без страха перед последствиями того, что я сделаю или скажу. Поскольку я так отстранен, я сразу вижу, что нужно делать. Часто, но не всегда. У меня есть свои границы. Это феноменологический способ действия. Этот способ не опирается ни на какие теории или прежний опыт, это работа с текущим моментом. Это трудно, поскольку терапия — это каждый раз новый риск.

Феноменологический подход не предполагает воли, знания, страха. Он направлен на объединение усилий вокруг того, что выявилось. Ты несом и движим тем, что есть основа и граница всякой воли. Такой подход открывает взору самое сокровенное. Терапия окончена, если удалось выявить самое сокровенное и соединить клиента с выявленным в самой глубине его души. Так истина становится событием, завершенным фактом своего существования.

Феноменологическая психотерапия находится в известном противоречии с научной психотерапией. Экспериментальная наука пытается найти общий повторяющийся образец экспериментальным путем, что должно позволить с помощью определенного метода добиваться одинаковых результатов. В естественно-научной сфере достижение одних и тех же результатов в процессе постановки аналогичных опытов относительно просто. В отношении души такое невозможно.

Проведение научной психотерапии, исследование с научной точки зрения того, что помогает, предполагает исключение из эксперимента личностного фактора и сводится к исследованию исключительно внешних признаков. Однако (и мы с вами имели возможность в этом убедиться) личное и есть самое важное. Невозможно получить достоверного результата без учета личностного фактора. Это одно.

Научная психотерапия линейна. Это значит: определенная причина вызывает определенные следствия.

Феноменологическая психотерапия, напротив, предполагает необходимость предаться происходящему без страха и каких-либо намерений. В том числе — без намерения вылечить. Для терапевта, исповедующего феноменологическое восприятие, феноменологический подход, крайне важно, чтобы он был согласен с миром, таким, как есть. Чтобы у него не было желания изменить мир. Это требует от терапевта полной отрешенности. Терапевт должен быть согласен и с болезнью клиента, такой, как есть. У него не должно возникать потребности вмешиваться.

Иначе действует врач, поскольку он может и должен работать в основном с применением естественно-научного подхода. Я бы хотел очень четко провести это различие.

Такой подход неприменим к феноменологической психотерапии. Терапевт должен отрешиться от всего и предаться действию высших взаимосвязей. Когда я работаю с клиентом, я работаю со всей его системой. Я смотрю не только на клиента, я всегда смотрю на всю систему. Прежде всего я смотрю на тех, кто исключен из системы, на тех, кто в ней не появляется, но тем не менее я вижу и чувствую их, потому что я отстранен. Я даю им место, в котором им отказано системой, рядом с собой.

22

Предоставив им место рядом с собой, я пребываю в более глубокой гармонии с системой клиента, чем он сам, поскольку я глубже сопереживаю его системе.

Если я отстранен и преданся целому без намерений или страха перед тем, что может выявиться, я сразу воспринимаю существенное — то, что выходит за рамки видимых феноменов. Тогда я вижу: вот о чем идет речь.

Прежде всего это важно для решения. Расстановка системы происходит относительно просто. Найти решение я могу, только если я в созвучии с системой. Тогда решение приходит внезапно. Решение — это плод феноменологического восприятия. Оно подобно молнии и всегда в созвучии с чем-то целым. Но это должно быть восприятие с любовью, это самое важное. На такое восприятие можно полностью положиться.

Этой работе невозможно научиться, как учишь правила. Самое главное — отдаться восприятию такого рода, тренировать его и следовать ему. Тогда можно работать самому.

Если во время работы с клиентом я понимаю, что для него решения не существует, я отношусь к этому очень серьезно и отступаю, даже если это приносит мне боль. Но больно не будет, если отстраниться. Если я в гармонии с клиентом, мне не будет больно. Я должен находиться в состоянии полного резонанса с клиентом. Я доверяю своему восприятию и не позволю ничему, никаким возражениям, отвлечь меня от непосредственного' восприятия.

Конечно, я тоже ошибаюсь. Я отдаю себе в этом отчет. Тогда мне нужен отклик внимательных участников. Они всегда заметят то, что я упустил. Их восприятию я тоже доверяю.

Но если я вижу, что кто-нибудь объединяется с моим клиентом из страха перед увиденным, когда я показываю клиенту внешние последствия его поведения, когда кто-то вмешивается и говорит мне: «Ты не смеешь делать этого», я не должен поддаваться его страху, это сразу ослабит меня.

Терапевт, работающий таким образом, по сути своей, воин. Кастанеда прекрасно описал в своих книгах об индейце доне Хуане, кто такой воин. Воин — это тот, кто не испытывает страха перед внешней границей. На границе все может и разрушиться, и состояться, «...как, так и...». Из опыта я знаю, что, если терапевт действительно подходит к внешней границе, все удается, как правило. В то же время риск остается. Кто боится риска, не сможет работать. Когда речь идет о таких важных

23

вещах, как жизнь и смерть, решение приходит только у внешней границы, не раньше.

То, что выявляется в процессе феноменологической терапии, одновременно является и

руководством к действию. Необходимо следовать этому, даже если не понимаешь его. Ведь то, что есть и к чему это приведет, выяснится только в конце, не в начале.

Широта

Я бы хотел кое-что сказать о широте. Многие проблемы возникают от того, что мы держимся, так сказать, за близкое и узкое. Рассматривая собственную проблему, например, проблему отношений или иные проблемы, мы зачастую видим их узко, недалеко, наше внимание сосредоточено только на понятном нам, в то время как все более широкие взаимосвязи остаются за рамками нашего восприятия. Но узкое и близкое имеет свое значение только в контексте чего-то большего. Решение, как правило, возможно, если от узкого и близкого пойти к далекому и более широкому. Это значит: вместо того, чтобы концентрироваться на самих себе, на своих желаниях, на том, что мы рассматриваем в качестве своей проблемы или травмы, необходимо взглянуть на своих родителей, на всю семью. Тогда мы сразу почувствуем связь с чем-то большим, связь со многими. И тогда то, что мы рассматривали как зло или страдание, займет свое место в большем контексте. И все же если мы будем смотреть только на семью, то через некоторое время наш взгляд снова станет слишком узким. Необходимо смотреть дальше, восприятие должно охватывать и наше окружение и открыться для этого с любовью. Тогда и путь к решению проблемы, казалось бы, неразрешимой для нашей семьи, свободен.

Развитие в направлении широкого есть и в психотерапии. Существует психотерапия, которая ориентирована преимущественно на частное, например, на чувства человека. При этом происходит разложение на отдельные части, и частное не может выйти за границы себя самого.

Но существует и семейная психотерапия, сфера рассмотрения которой шире. При помощи семейной терапии можно

24

найти решения, которые невозможно найти при помощи индивидуальной терапии. При этом и семейная психотерапия имеет свои границы.

Можно выйти за пределы семейной психотерапии к чему-то большему. Такую возможность дают движения души, если следовать им. Движения души всегда направлены на нечто большее.

Целое

Когда мы смотрим на мир, мы видим его во всем многообразии, мы видим, что он состоит из множества деталей, видим каждую в отдельности. Часто они противопоставлены друг другу, находятся в противоречии, даже в противоборстве. Однако все частности в глубине своей имеют основой то единственное, что движет ими. Из глубины того единственного многое и многообразное черпают свое предназначение и своеобразие. Все то, что может внести свой вклад в целое, питается из этого источника.

Мы можем направить свое восприятие на частное, но, сделав это, мы упустим прочее. Направив свое внимание на что-то одно, мы исключим из поля зрения остальное, отрицая или даже отрекаясь от этого. Так мы становимся отчуждены от движущих сил.

Существует возможность ориентироваться на многое, но таким образом, чтобы концентрироваться не на многом, а воспринимая, так сказать, целое. Собраться в процессе такого восприятия в своей середине, то есть в середине бытия. Имея такую связь, мы сможем с уважением, почтением и мужеством установить связь со всем многообразием мира при всех его различиях, принять его в себя и дать собраться в своей середине.

Легко смотреть на вещи — легко. Но, рассматривая человеческие отношения и различные потребности, разные направления, противоположности и предаваясь им, мы часто чувствуем опасность, неуверенность, сильную боль от страха, что что-то не получится.

Такое отношение ведет нас к поверхностному пониманию добра и зла. Поверхностное понимание добра и зла ни в коей мере не соответствует той глубине, из которой они идут. Различие между добром и злом присуще только человеческим отно-

25

шениям и выполняет единственную функцию: поддержание связи со своей семьей и отграничение от других групп. Отличать добро от зла мы можем с помощью нашей совести. Наша совесть чиста, если мы чувствуем свою принадлежность к нашей семье, и наша совесть нечиста, если мы боимся, что утратили свое право на принадлежность. Мы потеряем право на принадлежность (так нам кажется), если признаем другие семьи или группы, ценности, религии, культуры как хорошие и равноценные. Поступая так, мы — в созвучии с глубинами бытия, но не со своей семьей.

Итак, чтобы быть связанными с глубиной существенного, необходимо распрощаться с диктатом совести в отношении различения добра и зла. Если прощание удается, если мы сможем хотя бы на

время избавиться от совести и собраться в своей середине, то из глубины покажется нечто несущее — движение души, которое снимет все различия и примирит противоречия.

В последнее время я много занимался движениями души. Я проверял их воздействие на себе во время моих курсов и смотрел, как они действуют в душе. Движения души выходят далеко за пределы того, что до сих пор выявлялось в процессе семейных расстановок. Это очередной шаг вперед.

Источник

Мной движет нечто, я совершенно не представляю, что будет, я в полной темноте и чувствую, словно через меня течет поток воды, течет издалека и утекает вдаль. Я просто водопроницаемый. Сам по себе я ни к чему не причастен, так же как источник не причастен к воде, которая просто течет через него.

Как обрести такую позицию? Нужно отказаться от намерений. У воды, что течет через источник, нет никаких намерений. У нее нет цели. И все же она доходит до полей, принося им плодородие, а затем уходит в море. Итак, отсутствие намерений есть основа для такой работы.

Отказаться от намерений может только тот, кто отказался от своих представлений о добре и зле. Кто не борется ни за добро, ни против зла. Ни то, ни другое. Он примирен со всем, что происходит. С жизнью. Со смертью. Со счастьем. Со страданием. Он согласен с миром и согласен с войной. Он пронизан, смирен и не содействует добру.

26

Такая позиция описана давно. Ее описывают Лао-цзы, Конфуций и многие великие философы. Что примечательно, эта позиция не упомянута ни одним из основателей религий. Религии ведут к войнам.

Отсутствие намерений, которое ищет связи со всемирным законом, с глубокими порядками, которое следует глубоким движениям Большой души, служит миру и любви.

Слышать и видеть

Я бы хотел кое-что сказать о различии между «слышать» и «видеть». Действие совести основано в большой степени на процессе «слышу, что говорят». Так, например, многие ценности, правила или утверждения идут от религиозного «слышу, что говорят». Услышанное формирует наш внутренний образ, который действует так же, как и совесть.

Приведу пример. Один психоаналитик приходит к своему другу и спрашивает: «Ты знаешь, что такое одержимость?» Друг отвечает: «Да, возможно. А что?» Психоаналитик говорит: «Недавно мы с женой были у одной предсказательницы, и та сказала, что моя жена одержима чертом. Что мне теперь делать?» Друг отвечает: «Кто ходит к таким, тот непременно станет одержим, но не чертом, а своим внутренним образом, от которого не так просто отделаться».

Посредством услышанного и «слышу, что говорят» создается представление, оторванное от восприятия, от воспринимаемой действительности. Станным образом такое представление обязывает, и попытка от него отделаться воспринимается как предательство и измена.

Странно! Ведь нужно просто посмотреть внимательно и ограничиться тем, что воспринимаешь. Не более. Это требует скромности.

Многие психотерапевты ведут себя подобным образом. Они слушают и полагаются на то, что им говорят, не глядя на то, что происходит на их глазах в семье клиента. Тогда терапия часто направлена на то, чего не существует, а являет собой только картину, созданную представлениями и толкованиями.

«Ограничиться восприятием» — это великий отказ. Отказ от свободы произвольно изображать мир. Но удивительным об-

27

разом именно такое ограничение предоставляет мне свободу действий в правильном направлении.

«Слышу, что говорят» не даст такой свободы. Оно дает свободу для рисования внутренних картин.

Свобода к свершению ограничена.

Понимание и действие

После достижения понимания возможного или приемлемого решения нельзя действовать сразу. Это опасно. Если, например, в процессе расстановки выяснилось, что дети должны уйти к отцу (или к матери), то нельзя этого делать сразу. Это может привести к отчуждению от себя самого. То, что происходит в расстановке, клиенту не чуждо, ведь он вносит свой вклад в происходящее. Складывается некая картина, которая сначала должна проникнуть в душу. Сначала она должна подействовать в душе, а это может длиться долго. Через некоторое время станет ясно, что необходимо сделать. Картина принимается душой и может в ней действовать и развиваться до тех

пор, пока не будет найдено правильное и окончательное решение. Когда приходит время действовать, это чувствуется сразу. Тогда и нужно действовать, но не раньше, иначе это действие — за пределами происходящего, в отрыве от сложившейся картины, которая еще не успела подействовать в душе. Хотя уже известно, что правильно, могут пройти месяцы, прежде чем будут накоплены силы к действию.

Восприятие и сомнение

УЧАСТНИЦА' - Насколько вы как терапевт оказываете внушающее воздействие на участников расстановки? У меня сложилось впечатление, что вы влияете на самих участников расстановки и их чувства в процессе восприятия ситуации. Возможно, ваша собственная концепция переносится на участников расстановки, и они хотят ей соответствовать, пусть и несознательно. Как вы к этому относитесь? Это же огромная ответственность терапевта.

Б. Х. Я бы хотел привести обратный пример. Если я колеблюсь или сомневаюсь, это передается участникам. Вопрос в том,

28

что лучше? Когда я работаю, я полагаюсь и на других. С другой стороны, терапевт не должен отступать от собственного восприятия. В процессе непосредственного восприятия приходит важный опыт. Если в процессе восприятия кто-то высказывает сомнение или требование, пусть только внутреннее, восприятие прерывается. Восприятие не терпит сомнений и претензий.

Кое-что еще необходимо учитывать. Когда я работаю с группой, я работаю со всеми ее участниками. Когда я работаю в группе с уважением и любовью к клиенту, с любовью к решению, я верю в то, что результатом нашего взаимодействия станет хорошее решение. Если верно то, о чем вы говорите, тогда я должен был бы оказывать внушающее влияние на всех участников группы, чтобы такая фальсификация чувств стала возможной. Ваш вопрос только подтверждает, что многие участники самостоятельны и независимы. Если я заблуждаюсь или ошибаюсь, это сразу кто-нибудь замечает и исправляет. Я полагаюсь не только на свое собственное восприятие, но и на восприятие других, тех, кто вместе со мной воспринимает и видит происходящее.

Образ мышления и образец судьбы

Руперт Шелдрейк описывает в своих книгах свойства и действие морфогенетических полей — силовых полей, которые определяют некие структуры. Он сказал мне, что в процессе семейных расстановок можно непосредственно наблюдать, как действуют морфогенетические поля.

Я задумался, может быть, его наблюдения применимы и к иным вещам? А что, если определенная группа людей связана определенным образом мышления, что усложняет для такой группы процесс осознания. Не являются ли события, происходящие в семье, образцом, который обусловлен морфогенетическим полем семьи. Если, например, в семье кто-либо покончил жизнь самоубийством, часто самоубийство повторяется в следующих поколениях. Это происходит не только потому, что один из членов семьи хочет последовать за умершим, но и потому, что создан образец.

Шелдрейк заметил, что при образовании нового кристалла его структура еще не задана. Если в той же связи образуется

29

новый кристалл, его структура подобна структуре первого кристалла. Это память о первом кристалле. Это значит, что морфо-генетическое поле обладает памятью. Поэтому каждый новый кристалл с большой вероятностью будет похож на первый. В процессе многократного повторения закрепляется определенный образец. Возможно, схожие судьбы складываются аналогичным образом.

Прерывание образца

Такое движение необходимо прервать. Признание этого движения и его прерывание требуют большого мужества для совершения чего-то принципиально нового. Если прерывание удастся, это *особое* достижение. Прерывания невозможно достичь, просто плывя по течению. Необходимо отступить. Вместо того чтобы плыть по течению, нужно выйти на берег, посмотреть на реку, распознать старое и признать новое. Затем решать, что делать.

Свет и тьма

Семья обладает памятью. Информация из семейной памяти, что является на свет, — это подарок. Но этот подарок крепко держат темнота и скрытое, откуда он появился. Это значит, что его суть остается для нас скрытой. Мы не знаем, «откуда» он и «куда». Это скрыто не только от нас, это скрыто вообще, а значит, мы не имеем к нему доступа. Мы можем и смеем распоряжаться этим подарком только в тот момент, когда он нам покажется, и должны остановиться, когда он снова

скроется.

То, что выявляется, не открывает нам скрытого и тайного, оно показывается в определенных границах. Наши воззрения затмевают его, накладываясь на то, что выявилось. Наш собственный взгляд на это (если он сформировался) дает нам возможность оставаться субъективными и стоит на пути к познанию. То, что выявилось, напротив, толкает нас к незнакомому, непривычному и новому.

30

Концентрируясь в процессе такой работы, мы обращаем свой взгляд на то, что остается скрытым, что за пределами выявленного. Мы подчиняемся не только выявленному, но и тому, что остается скрытым, тому, что появилось и снова скрылось. Мы в созвучии с обоими движениями и подчиняемся обоим. В этой работе выявляется существенное, поэтому она не ограничивается поверхностным, например, только исцелением болезни. А потому она существенно важнее, чем психотерапия как таковая.

Ученики и учитель

Б. Х.: Мастер никогда не был учеником, а ученик никогда не станет мастером. Знаешь, почему? Мастер видит, поэтому ему не нужно учиться. Ученик учится, поэтому он не видит.

УЧАСТНИК: Это шутка.

Б. Х.: Это говорит глупец.

УЧАСТНИК: То, что ты сказал, противоречит многим духовным школам.

Б. Х.: Меня это мало волнует.

УЧАСТНИК: Я не сказал, что это должно волновать тебя, я сказал, что противоречит многим духовным школам.

Б. Х.: Я это знаю. Но если ты согласишься на учеников, ты увидишь, что многие из них — позор учителя.

Видение и озарение

Путь к осознанию невозможно сократить, невозможно его и облегчить. Очищение, которое ведет к нему, невозможно ни укоротить, ни облегчить.

Тьма духа

Я бы хотел кое-что сказать о тьме духа. Теперь модно совершать паломничества на Восток, чтобы найти там мудрость и

31

просветление. Величие Востока несомненно. Однако великие духовные традиции Запада практически преданы забвению. Мы отступаем от них.

Великая мистика Запада знает три пути. Первый путь — путь очищения; второй путь — путь прозрения; третий путь — путь единения. Но в принципе речь идет только о том, чтобы встать на путь очищения.

Путь очищения — вершина тьмы духа. Это понятие или образ Хуана де ла Круса. Тьма духа означает: я отказываюсь от знания любого рода. Это отказ познать причину или тайны мира или отказ узнать что-то о Боге. Это полнейший отказ, высшее очищение.

В таоизме существует образ пустой середины. В ней полная тишина. Но удивительно: если отправиться в пустую середину и предаться тьме духа, желая знать все меньше, читать все меньше, все меньше думать, оставаясь при этом предельно собранным, то случится нечто: вокруг тебя что-то произойдет, хотя ты и бездействуешь. Нужно оставаться спокойным, и тогда придешь в гармонию с чем-то большим.

Тогда придет глубокое осознание, которое придумать невозможно. Оно придет из тьмы духа. Тьма духа требует от нас забвения. Она требует готовности забыть о своем происхождении, своей истории.

Я в какой-то мере продемонстрировал простоту «не хотеть ничего знать» или «хотеть знать мало». Оставаясь собранным, ты обязательно увидишь существенное сразу. Мне нужно совсем мало информации, но я вижу сразу, что важно. Это идет от простой собранности.

Я прочту вам небольшой отрывок из моей книги «Verdichtetes» («Уплотненное») на эту тему.

История «Мудрость»

Кто мудр, тот принимает мир таким, как есть, без умысла и страха.

Он примирен с непостоянством и не стремится за пределы того, что прекращается со смертью.

32

Живя в согласии, он сохраняет перспективу,

и вмешивается лишь, насколько того ход жизни требует.

*Он умеет отличить: возможно нечто или невозможно, поскольку он лишен намерений.
Мудрость — плод долгой дисциплины и труда,
но мудрый не тратит сил на то, чтоб ею обладать.
Мудрость всегда в пути и цели достигает не потому, что к ней стремится. Она растет.*
(Перевод Ирины Беляковой)

3 - 5433

ЧУВСТВА

Введение

Существуют чувства, которые нам помогают познать нечто, и существуют чувства, которые препятствуют познанию. Есть чувства, которые приводят нас к решению — например любовь, и есть чувства, которые препятствуют решению — например ненависть. Для осознания и нахождения решения важно эти чувства различать.

О различении чувств я писал во многих моих книгах, в некоторых — отдельно об особых чувствах, например, «В порядках любви» я писал о разных видах ярости, о ревности, о негодовании, об основном чувстве, о том, что нам доставляет радость.

Различение чувств

Я различаю четыре вида чувств.

Первый вид: первичное чувство. Это чувство, вызванное конкретным событием и соответствующее ему. Когда умирает мать, ребенок охвачен болью, он плачет и рыдает. Это первичное чувство. Оно соответствует происшедшему. Первичные чувства зачастую очень сильны, но при этом кратки. Если отдаться им целиком, они проходят быстро. Первичные чувства живы и направлены вовне. Ребенок, охваченный скорбью, плачет с открытыми глазами. Глядя на умершую мать, он рыдает с открытыми глазами.

Закрывая глаза, испытываешь, как правило, другое чувство. Это вторичное чувство. Вторичное чувство является подменой силы первичного чувства. Мы упиваемся вторичными чувствами и держимся за них, т. к. они служат отрицанию действия. Проявление вторичного чувства не должно ввести терапевта в заблуждение. Если это произойдет, клиент покажет, что тера-

34

певт не сможет ему помочь. Ведь вторичное чувство имеет целью препятствие действию. Я работаю с таким клиентом, только если он «вынырнет» из своего вторичного чувства и снова погрузится в первичное.

Первичные чувства не поддаются управлению изнутри. Выражение первичных чувств не может скомпрометировать. Проявление первичных чувств вызывает сопереживание. Такое сопереживание делает нас сильными. Несмотря на то что своим сочувствием мы на стороне другого, другой при этом не лишает нас чего-то.

В противоположность этому при виде проявления вторичных чувств мы чувствуем себя беспомощными, иногда злимся. Мы чувствуем, что нас используют. Демонстрирующий вторичное чувство отвлекает внимание на себя. При проявлении первичного чувства, напротив, внимание никогда не привлечено к тому, кто проявляет это чувство. Мы попадаем в ситуацию сочувствия, и все же каждый остается с самим собой. При проявлении вторичных чувств все наоборот. Поэтому для вторичных чувств действует принцип: только не вмешиваться. Основной критерий для распознавания вторичного чувства — закрытые глаза.

Вторичное чувство опирается на внутреннюю картину, а не на реальность. Поскольку сила этого чувства идет от внутренней картины, приходится закрыть глаза.

Чтобы помочь клиенту «выйти» из вторичного чувства, нужно попросить его открыть глаза. Можно сказать, например: «Посмотри на меня». Взгляд проясняется, и первичное чувство возвращается. Иная ситуация — со вторичным чувством. Часто клиент смеется там, где должен плакать, и грустит там, где только что был в ярости.

Существует третий вид чувств: перенятые чувства, чужие чувства, например, в случае идентификации. Мы можем это наблюдать в процессе семейных расстановок. Освободиться от перенятого чувства можно, если становится ясно, от кого оно перенято. За перенятым чувством, как правило, стоит изначальная любовь. Эту любовь можно увидеть, только если идентификация прекращена. Идентификация препятствует тому, чтобы увидеть лицо, с которым идентифицирован. А увидеть его невозможно, т. к. он - это я (в силу идентификации). Если бы я был идентифицирован с братом моего отца, то чувствовал бы так же, как он, но не смог бы его видеть, потому что в силу

35

идентификации он — это я. Я не смогу посмотреть на него, пока он не встанет напротив меня. Тогда я смогу уважать его, любить его. Так прекращается идентификация.

Четвертый вид чувств я называю метачувства, или чувства существа. Это высшие чувства. Это, собственно, чувства без эмоций. Они — сила к действию в чистом виде. Когда человек сталкивается с определенной волнующей ситуацией, то переходит на этот метауровень. Он может казаться бесчувственным, при этом он абсолютно собран. Здесь мы переживаем такие глубокие судьбы, которые захватывают нас во всех отношениях: мы сопереживаем, мы вспоминаем. Это само собой разумеется. Это по-человечески, это смиренно и хорошо. Терапевт при этом должен держаться в стороне. Это переход на более высокий уровень. Он, так сказать, предается целому и следит за тем, чтобы все развивалось хорошо. Для этого терапевт должен оставаться собранным и не поддаваться выражаемому чувству. Терапевт должен удержаться над этим чувством, и это очень важно. Все же, если в такой ситуации у него появятся слезы, это не стыдно.

Слово «мета» означает вышестоящий. Это нечто вроде: подняться над... перейти на более высокий уровень. Возможное сравнение: взобраться на гору, вместо того чтобы оставаться внизу в сутолоке движения. С вершины — шире обзор, в то же время ты одинок, скован тесной связью. Это одна из картин, с которой можно работать.

Знаменитый Милтон Эриксон часто представлял, что во время своей работы он парит под потолком и смотрит вниз на клиента. Так он приобретает и сохраняет обзор. Это тоже вид перехода на уровень метачувств.

При всем этом существует и совершенно иной способ действия: отступить и собраться в пустой середине. В ней человек в высшей степени собран. В пустой середине сильнее всего связь с силовым полем и можно действовать бездействуя. Это другой образ. Но не нужно связывать себя образами. Нужно чувствовать по воздействию, что лучше всего поможет, что хорошо.

УЧАСТНИК: Во время расстановок я все время видел разницу между первичными и вторичными чувствами. Я бы хотел лучше понять то, что ты говоришь о метачувствах. Я чувствую, что то, как ты работаешь, с этим связано.

36

Б. Х.: Мы могли наблюдать, что, когда человек говорил спокойным голосом, метачувство было наиболее сильным. То есть речь в обычном состоянии «сам с собой» указывает на наиболее сильное чувство. Знающий терапевт противостоит бурному проявлению чувств и в конце приводит клиента к простому «говорить спокойным голосом». При бурных проявлениях чувств я часто прошу клиента, чтобы он переживал их беззвучно, без слов и звуков, при этом глубоко дыша. Тогда чувство намного глубже, чем когда человек кричит. Бывают и ситуации, когда чувство вырывается в первобытном крике. Но это другое. Такой крик пронизывает до костей.

Метачувства

Существуют чувства, на которые можно полностью положиться. Такие чувства обладают определенными свойствами. Это чувства, лишённые эмоций, чувства в чистом виде. Такие чувства я называю метачувствами. Мужество — это метачувство, смирение — это метачувство, мудрость — это тоже метачувство. Мудрость означает способность различать, возможно нечто или невозможно. Это различие становится доступным, если находишься в гармонии с чем-то большим. Эту гармонию можно почувствовать, если плывешь по воде спокойной реки — малейшее течение чувствуется сразу. Или идешь под парусом, парус натянут — малейшее движение ветра сразу чувствуется. Метачувства — это чувства в гармонии. С этими чувствами работает терапевт.

Восприятию того, что возможно и невозможно, многое препятствует. Например, желание человека не вписывается в гармонию. Или человек не способен к восприятию, поскольку переполнен чужими чувствами — чувствами, которые ему не принадлежат. Это могут быть, например, чувства его родительской семьи.

Метачувства имеют качество легкости. В них нет ничего тяжелого, ничего драматичного, они очень просты. К ним приходят, освобождаясь от собственных переплетений. В процессе семейной расстановки можно узнать, как освободиться от переплетений.

Многие наши чувства вызваны совестью. Совесть означает: я руководствуюсь тем, что гарантирует мне принадлежность к

37

моей семье. Чистая совесть означает: чтобы иметь право на принадлежность, я руководствуюсь тем, что считается правильным в моей семье. Нечистая совесть порождает страх перед возможностью утраты права на принадлежность. Пленник такого страха не может воспринимать метачувства. Такие чувства недоступны ребенку, например, поскольку он полностью зависит от

чужих чувств.

Ярость, отчаяние, любовь

Сильные чувства, такие как ярость, нередко возникают в момент прерывания раннего движения любви ребенка¹, в момент, когда он не может двигаться дальше. Такова ярость. Она защищает ребенка от боли любви. Ярость здесь — только одно из проявлений прерванной любви.

Если в процессе терапии я допускаю выражение чувства ярости — это лишь повторение того, что произошло раньше. Движение любви как было, так и остается прерванным. Это повторение прежнего опыта, но не освобождение от него. Ярость порождает иллюзию превосходства над родителями. В момент проявления ярости некоторые говорят отцу или матери: «Я убью тебя». Им кажется, что тем самым они сделали это и чего-то добились. Ничего они этим не добились. Впоследствии такие люди часто сами себя наказывают.

Если во время терапии человек хочет выразить свою ярость таким способом, я останавливаю его. Поскольку ярость здесь — защитная реакция. Если после этого клиент больше не способен на ярость, он возвращается к другим чувствам, скрывающимся за ней, а именно: к любви и боли. Эти чувства связаны с друг с другом. Такая любовь более болезненна, чем ярость. Вообще это самое болезненное чувство, поскольку мы ощущаем его в сочетании с чувством полного бессилия. Давая волю ярости, я отрицаю свое бессилие. Я его не чувствую.

¹ Под движением любви ребенка к родителям здесь понимается врожденная, инстинктивная потребность ребенка в любви и защите со стороны родителей, которая проявляется в необходимости время от времени возвращаться к ним для подтверждения этих чувств или в случае опасности. Чем младше ребенок, тем больше он от этого зависит. Если этот процесс по каким-либо причинам прерывается, ребенок переживает сильную боль. — *Прим. науч. ред.*

38

Решающим в данной ситуации будет, если клиент скажет: «Пожалуйста...» Вы замечаете силу этого слова по сравнению со взрывом ярости? «Папа, пожалуйста...». «Мама, пожалуйста...». Какая сила в этом и какая боль.

Бывают ситуации, когда ребенок чувствует себя покинутым. Возможно, его по недосмотру оставили стоять где-то одного. Ребенок в смятении. Если в процессе терапии я даю возможность проявиться смятению, это обеспечит хороший результат. Смятение — это не отрицание пережитого «быть покинутым», но точно соответствует ему. Это помогает.

Ненависть

Ненависть приковывает внимание к преступнику. Жертва свободна от преступника, если она обособится от него. В силу такого отступления преступник предоставлен собственной душе и собственной судьбе. Это форма уважения. Так жертва может обрести свободу от преступника. Уход от преступника и его преступления в пустую середину, как я это называю, дает жертве силу стать действующим лицом. Те же, кто занимается преследованием, кто негодует, моралисты и невинные, — преступники в душе своей. Их фантазии, связанные с насилием, часто хуже, чем само деяние, совершенное преступником.

ДУША

Введение

Душа и ее действие рассматриваются в этой главе под разными углами зрения. Речь пойдет об измерениях души: телесном измерении, душе семьи и о Большой Душе. Мы рассмотрим порядки, действующие в этих измерениях, и их последствия для нашей жизни, а также для психотерапии. Душа также играет свою роль и в развитии болезней, иногда болезнь душе просто необходима.

В этой главе речь также пойдет об отношениях между «Я» и душой, о различии между добром и злом и о том, как эти различия преодолеть с помощью понимания и глубоких движений души. Эта глава также содержит интервью на тему «Судьба и душа».

О душе я писал практически во всех моих книгах, в особенности в книге «Ив середине тебе станет легко» в главе «Тело и душа, жизнь и смерть»; в книге «Anerkennen, was ist» («Признать то, что есть») под заголовками: «Дотронуться в душе до большего» и «Душа следует иным законам, чем дух времени».

В этой главе я иногда выхожу за пределы ранее сказанного мною, например, там, где речь идет о соотношении совести и души.

Границы души

УЧАСТНИК: Я бы хотел спросить тебя, что ты вкладываешь в понятие «душа»? У меня сложилось впечатление, что ты противопоставляешь человека и его душу. До сих пор я считал, что человек и его душа едины.

Б. Х.: Что значит «понятие»? Как будто душу можно понять. Можно увидеть действие души. Семья, например, или род обладают общей душой. Это общий центр, который управляет всей группой, а не каждым ее членом в отдельности. Каждый в отдельности принадлежит душе, он часть души.

Многие узурпируют душу, говоря: «моя душа» — как это принято в христианстве, например. Душу «спасают», как будто

40

обладают ею, как будто можно ее взять с собой на небо. Странное представление, что у каждого есть своя душа. Как будто можно проглотить полноту бытия и держать ее внутри своего тела как в тюрьме. Как будто все зависит от души, которая находится внутри нас и принадлежит нам.

Такое представление сильно отягощает человека. Больной, например, ждет от своей души, что она сделает его здоровым. При этом не происходит никакого движения, напротив, все камнеет. В таком случае помогает представление о том, что делает душу «широкой» и что делает душу «узкой». Все, что делает душу шире, имеет благотворное влияние. Оно дает душе простор, выпуская ее на свободу, к ее стремлению, например, в семью. Но это только часть движения. Чем больше свободы душе дает человек, тем дальше она может простирать свои границы.

У души много измерений. Эти измерения души я описал в маленьком стихотворении, которое называется «Путь».

История «Путь»

Сын старого просил отца:

«Прежде чем ты уйдешь, отец, дай мне благословенье!»

Старик промолвил: «Пусть

моим благословеньем будет,

что я в начале пути познания

провожу тебя немного».

На следующее утро они отправились в дорогу

и, выйдя из долины узкой,

стали подниматься в гору.

Клонился день к закату, когда достигли они вершины,

и вся земля теперь лежала, куда ни глянь,

до горизонта,

в лучах света.

Солнце зашло,

и вместе с ним угасло яркое великолепье:

настала ночь.

Но в наступившей темноте

сияли звезды.

(Перевод Ирины Беляковой)

/

41

Порядки души

Семья обладает общей душой и общей совестью. Душа и совесть подчиняются трем основным порядкам.

Первый порядок гласит: каждый в системе, живущий или умерший, имеет равное право на принадлежность. Если одному члену системы отказано в праве на принадлежность — например, в силу моральной оценки: «он подлец» или «он пьяница», или «у него внебрачный ребенок» — последствия отказа в праве на принадлежность одни и те же, независимо от того, что именно ставится в вину такому члену семьи. Некоторые люди претендуют на большее право на принадлежность, поскольку считают себя лучше. Но для семейной души не существует различий между добром и злом в широком смысле. Ведь так называемое зло — это только одна сторона многообразия мира, другой стороной которого является добро. Не будь зла, не могло быть и добра. Человек, хороший во всех отношениях, ужасен. Мнящий себя совершенством во всех отношениях, ужасен. Такой человек опасен. Люди, считающие себя лучше других, опасны. Рядом с людьми, которые считают себя обычными, чувствуешь спокойствие и сопричастность.

Если кому-либо из членов семьи отказано в равном с другими праве на принадлежность, семейная душа или семейная совесть пытаются восстановить порядок путем замещения такого члена семьи. Это второй основной порядок, которому следуют семейная душа и семейная совесть. Замещение

происходит, как правило, таким образом, что семейная совесть связывает более младшего в семье с более старшим — исключенным. Младший замещает старшего с целью компенсации. Младший страдает так же, как и старший, и становится таким же, как он. Так системе приходится вновь столкнуться с борьбой добра и зла.

Решением для младшего будет уважение исключенного или того, чья судьба внушает страх другим членам семьи, что и приводит к исключению и забвению. Такое часто случается, например, с матерями, которые умерли в родах. Компенсацией в этом случае будет проявление уважения к ним. Тогда система обретает покой, и никому из младших не придется замещать старших.

Итак, два основных порядка души — это равное право на принадлежность и компенсация отказа в принадлежности.

42

Третий основной порядок требует, чтобы те, кто появился раньше в системе, обладали преимуществом по отношению к тем, кто появился позднее. Семейная совесть и семейная душа следят за тем, чтобы преимущество старших соблюдалось, в противном случае младшие приносятся в жертву с целью компенсации. Если преимущество старших неприкосновенно, младшие свободны.

Болезнь и душа

Опыт показывает, что определенные события (например, раннее расставание с матерью или несчастный случай с угрозой для жизни, произошедший в раннем возрасте) позднее сказываются не только на душе, но и на теле человека. В этом случае можно попытаться снова оживить события, которые отозвались болью в душе и оказали свое воздействие на тело, внимательно посмотреть на эти события, примириться с происшедшим, таким, как оно было, и получить облегчение или исцеление в гармонии с судьбой и телом.

Болезнь, душа и «Я»

Если в родительской семье клиента произошло нечто такое, что повлияло на его тело (привело к болезни или послужило ее причиной), это произошло не без участия души. Душа участвовала в этом процессе, но неким необычным образом. Душа всегда следует за любовью. Глубоко в душе действует любовь. На действие души и этой любви наслаивается собственное «Я», вытесняя их.

Многие понимают психосматику, т. е. попытки исцеления как на физическом, так и на душевном уровне, не как совместное действие души и тела, а как совместное действие тела и человеческого «Я». Некоторые пытаются прийти к исцелению, рассматривая психотерапию как лекарство, которое необходимо принимать в дополнение к другим лекарствам, чтобы достичь выздоровления. Это несправедливо по отношению к душе.

43

Иногда душа хочет болезни, даже когда «Я» думает иначе. Для души здоровье не есть высшая ценность. Сама жизнь не есть для души высшая ценность. Душа связана с чем-то более глубоким, и это надлежит выявить. Установление связи с выявленным странным образом воздействует на тело.

Приведу пример. Недавно я смотрел по телевидению передачу, посвященную спонтанному излечению рака. Одна клиника в Нюрнберге, проводящая исследования в области спонтанного излечения рака, представляла своего безнадежно больного пациента. Ранее он был прооперирован, но в ходе операции было установлено, что с медицинской точки зрения уже ничего невозможно сделать. Пациент был зашит и выписан домой. Мужчине стало ясно, что жизнь его подходит к концу. Тогда он вместе со своей женой составил завещание. В тот момент, когда завещание было готово, он почувствовал некий толчок в теле. Позднее все раковые клетки отмерли.

Основываясь на собственном опыте, я сделал вывод: это именно то, что я часто наблюдаю в процессе своей работы. Этот мужчина пришел в состояние гармонии со смертью, своей судьбой и своей кончиной, с первопричиной, так сказать, — с тем, откуда возникает жизнь и куда она уходит. Это и дало целительную силу.

В ходе своей работы я не ставлю целью кого-то вылечить. Я не могу этого, как не могу подняться над судьбой или движениями души. Я только иду вместе с движением души и надеюсь, что примирю тяжело больного клиента с первопричиной. Я надеюсь, что из этого возникнет нечто целительное.

Существует странное представление о душе. Некоторые думают, что сначала из материи создается тело, в которое вдыхается душа, как это описано в Библии. Умирая, человек с последним вздохом выдыхает душу.

Но вдумайтесь, момент возникновения человека — это момент соединения двух одушевленных

клеток. Человек одушевлен с момента возникновения его первой клетки. Существом одушевленным человека делает не его душа. Ведь душа существовала задолго до его появления. Как тело — часть длинной цепи из тех, кто был до него, после него, рядом с ним, кто есть и будет, так и душа связана со многими.

Душа оказывает на наше тело примиряющее и руководящее действие. Такое действие совершенно не осознается нами, но

44

оно знающее. Душа простирается далеко за пределы нашего тела. Она находится в постоянном обмене со средой, иначе невозможны были бы обмен веществ, например, а также продолжение рода.

Душа выходит за пределы тела и в ином смысле: ее пределы распространяются на всю нашу семью, связывая нас с членами семьи и рода. Так же, как душа объединяет все части нашего тела внутри его границ, она руководит и семьей в пределах определенных границ.

Всякая семья имеет свои границы. Видно, кого душа заключает в свои пределы и связывает с другими членами семьи, а кого нет. Поэтому к членам одной семьи относятся только определенные лица, а именно: братья и сестры, родители, братья и сестры родителей, бабушки и дедушки, некоторые из прародителей, а также те, кто освободил место для других членов системы (например, прежние партнеры родителей или бабушек и дедушек). Иногда семейная душа распространяется и на более старшие поколения, особенно если в семье встречались страшные судьбы. Тогда в душе действуют и четвертое, и пятое, и шестое поколения. Из этого становится совершенно очевидным, что в пределах семьи как живущие, так и умершие представляют собой единое целое. Все связаны друг с другом.

Душа выходит и за пределы семьи, она связана с другими группами и всем миром в качестве целого. Эта душа — Большая Душа. Внутри Большой Души не существует противоречий, нет ни молодых, ни старых, ни больших, ни малых, ни живущих, ни умерших. В ее пределах все едины.

Но существует и такая часть души, которая может вступать в противоречие с самой душой. Она может вступать в противоречие с телом, с семьей и с Большой Душой. Эту часть души мы называем «Я». Однако это «Я» может и соединиться с телом, с семьей, с Большой Душой. Многие психосоматические заболевания возникают оттого, что «Я» противится телу, противится семье, противится Большой Душе. Решение возможно, если «Я» соединится с телом, соединится с семьей, соединится с Большой Душой. Такое соединение мы ощущаем как смирение. А противопоставление — как самонадеянность. Самонадеянный падает, соединившегося жизнь несет.

45

Измерения души

Я бы хотел кое-что сказать об измерениях души. Что бы мы ни делали, наша душа всегда делает это вместе с нами. Иногда мы делаем что-то хорошее, и наша душа делает это вместе с нами. Иногда мы делаем что-то плохое, и наша душа делает это вместе с нами. Иногда мы совершаем нечто безрассудное, и наша душа делает это вместе с нами. Иногда мы делаем что-то, что служит миру, что соединяет противоположное и противоречивое, и наша душа делает это вместе с нами. Это проявления разных измерений души.

И все-таки что же такое душа? Мне кажется, прежде всего мы должны отказаться от западного представления о том, что у человека есть душа — его собственная душа, принадлежащая ему одному. Что человек, так сказать, заботится о чистоте души, которая заключена в границах его тела, и стремится к бессмертию и вечной жизни. Это западное представление, идущее от Платона.

Опыт, полученный в процессе семейных расстановок, говорит об ином. Он показывает, что мы все — часть Большой Души. То есть не каждый из нас обладает собственной душой, а каждый из нас — часть Большой Души. Эта Большая Душа, или душа вообще, проявляется в двух функциях. Во-первых, она объединяет частное в целое, например: она объединяет все в нашем теле в единый организм. В этом смысле она принадлежит телу в качестве объединяющего фактора. Во-вторых, душа управляет. Она управляет нашим телом и нашей жизнью. Как? Этого мы не знаем. Таким образом, душа — это руководящий орган, который объединяет и управляет.

Мы можем наблюдать, что в пределах семьи действует общая душа, которая управляет семьей как целым. Мы могли это видеть во время последней расстановки. Действия членов семьи управляются чем-то, что находится за пределами семьи и все же объединяет ее членов в единое целое. Это можно назвать семейной душой. Это одно из измерений души. Но не единственное. Душа всегда распространяется за пределы существующего. Душа, которую мы ощущаем в

границах своего тела, которая движет нами, выходит далеко за его пределы. Не будь этой души, обмен с окружающим миром и другими людьми был бы невозможен. Только потому, что наша душа не ограни-

46

чена пределами нашего тела, мы можем строить отношения с другими людьми, например, любить. Из общего, происходящего между людьми, рождается нечто новое. Например, мужчина и женщина, вместе ведомые любовью, — одна душа, которая продолжается в их ребенке. Итак, душа — это всегда нечто подвижное, что распространяется за пределы нас самих.

Очевидно, что душа проникает в сознание своими глубокими движениями очень медленно. Она проникает в наше сознание на поверхностном уровне, выполняя определенные функции, которые находятся в противоречии с более глубокими функциями души. Итак, душе необходимо обрести сознание внутри нас. Она показывается шаг за шагом и внутри нас приходит в сознание.

Иногда мы слепо следуем движению души, тогда она приводит нас к гибели. Это необходимо знать. Это еще одно измерение души. Порядки любви, о которых я писал в своей книге «Порядки любви», зачастую слепы и могут вести к переплетениям, несчастью и страданиям. Все же существуют и другие порядки любви, которые ведут к благословию, счастью, к жизни во всей ее полноте. Первое движение слепо, второе — зрячее.

Мне кажется, но это только гипотеза, что сначала душа приводит в людях нечто в движение. Это нечто я называю групповой (родовой)² совестью. Она объединяет род или какую-либо иную группу и следит за тем, чтобы никто не был потерян. Эта совесть, в которой мы все участвуем в равной степени и которая в качестве высшей инстанции всех нас ведет к определенным целям. Первая из них — выживание группы. Поэтому такая совесть не терпит исключения или забвения любого из членов группы.

Родовая совесть объединяет в равной степени как живущих, так и умерших. Она объединяет царство живых и царство мертвых воедино. А это означает, что умершие влияют на нашу жизнь. Родовая совесть карает любую попытку забвения или исключения, карает таким образом, что один из членов семьи из младшего поколения замещает исключенного, так что он снова представлен в сознании семьи. При этом сама семья не осознает этого, поскольку эти движения слепы, и семья не может

² Родовая, групповая или коллективная совесть — инстанции, которые объединяют и действуют только на тех людей, которые принадлежат к определенному роду, группе или коллективу. На человека, помимо его личной совести, воздействуют совести разных групп, например, его рода, его религиозной общины, его производственного коллектива и т. д. Сильнее всего на человека действует его родовая совесть. — *Прим. науч. ред.*

47

их видеть. Движения родовой совести ведут только к повторению прежних судеб, а не к решению. Перешагнуть границы родовой совести можно, только поняв их.

В этой связи мне кажется, что в названном процессе участвует нечто большее, чем семейная душа. Мне кажется, существует некое поле — Шелдрейк называет это морфогенетическим полем, — в пределах которого мы движемся. Такое поле накапливает воспоминания. Морфогенетическое поле, которое Шелдрейк вначале наблюдал в живой природе, показывает: если возникло нечто, оно повторится в другом месте, поскольку уже записано в некой памяти. В неживой природе информация о только возникшем, не существовавшем ранее кристалле фиксируется в памяти поля, и впоследствии в другом месте в аналогичных условиях возникнет такой же кристалл. То же относится и к привычкам. Было сделано такое наблюдение: на одном острове в Японском море обезьяны вдруг стали мыть картофель в море, а потом ели соленый картофель. Нигде больше такого не наблюдалось. Позднее обезьяны с других островов стали делать то же самое. Возможно, по аналогии можно объяснить и тот факт, что повторение судеб во многих семьях имеет место не в силу наличия семейного переплетения, а в силу воздействия морфогенетического поля.

Морфогенетическое поле тоже слепо, оно только повторяет то, что есть. Его границы невозможно перешагнуть, если только не пришло новое, иное движение, которое поведет за его пределы. Такие движения я называю глубокими движениями души. Они отказываются от ранее известного и вступают в связь с высшими силами, которые я называю Большой Душой.

Наблюдая за семейными расстановками (например, за той, что была здесь), мы могли видеть, что отдельные заместители находились в связи с чем-то большим, хотя и не обладали информацией. Это значит, что следование за глубокими движениями души ведет к решению, которое всех объединяет, в том числе за пределами семьи. Это — движение к примирению. Наблюдая, можно

увидеть, что движения души очень медленны. У души есть время, ей нет нужды спешить. Такие движения возникают в душе очень медленно и ведут к решению, к миру, к признанию того, что все участники движения в глубине равны. Иногда вы наблюдали, что некоторые заместители слишком быстры в своих движениях. Он следовали движению совести. Они хотели решения по совести, в соответствии со своей

48

собственной совестью, они не были связаны с глубокой душой. Но, в общем, это не играет большой роли, поскольку позднее оба движения все равно сольются воедино. Наблюдая такую расстановку, можно видеть, кем овладело движение души, а кто еще не ощутил его. Очевидно, что заместителем сына овладело движение души всецело. Это было видно сразу. Он полностью погрузился в это движение, по ту сторону всякого мышления. Это движение привело к решению, поскольку он всецело отдался ему. В сложной ситуации может помочь, если мы распрощаемся с прежним образом мышления, глубоко сконцентрируемся на ином уровне — я называю это пустой серединой — и доверимся движениям души, которые нас поведут. Все, что связано с призванием, идет от этих движений души и никак не связано с нашими собственными планами.

Смысл жизни

Вопрос о смысле жизни предполагает, что жизнь ценна не сама по себе, а тем, чему она служит. Но жизнь появляется, и вот она здесь, и ценна она тем, что появилась, и ничем другим. Она ценна сама по себе, я так считаю. Вопросом о смысле жизни задается тот, кто не в ладу с собой. У того, кто в ладу с собой, такой вопрос не возникает.

В конце удачного развития или созревания вопрос о смысле отпадает сам собой. Виктор Франкл много занимался смыслом. Я долго этого не понимал. Недавно Джеффри Зейг в некрологе написал о своей встрече и беседе с Виктором Франклом. Тогда я понял, что Франкл имел в виду, говоря о смысле. Смыслом для него было то же, что я называю гармонией. Кто гармоничен, тот полон. Жизнь полна всегда. «Я» часто негармонично. «Я» медленно соединяется с движением жизни и тогда приходит в гармонию с ним. Вопрос о смысле неактуален, если человек гармоничен.

Близнецы

ВРАЧ, ЖЕНА ВРАЧА: В дополнение я бы хотела сказать, что младший из моих детей был однойцовым близнецом,

4-5433

49

брат-близнец которого погиб во время шестого месяца беременности.

Мой муж и я, глядя на ультразвуковое изображение, видели, как сердцебиение одного из близнецов становилось все слабее и слабее. Второй близнец (который родился и жив сейчас) обнял брата и держал его до тех пор, пока тот не умер. Затем он отодвинулся на другую сторону. После этого долгое время было очень тихо, ребенок почти не шевелился. Мы видели, что он жив и здоров, но он не шевелился месяцами и не рос, так что мы не верили, что ребенок родится здоровым, потому что он очень мало весил. Беременность длилась на четыре недели дольше рассчитанного срока, в последние недели ребенок набирал вес, пока не достиг нормальной массы. Выживший ребенок никогда не нарушал пространства, которое занимал до своей гибели его брат. Это можно было видеть по течению беременности. Мой живот просто был сдвинут в одну сторону, потому что ребенок не нарушал пространства, которое раньше занимал его брат. Родившийся ребенок получил все имена, в том числе те, которые должен был носить его брат, т. к. все имена были выбраны заранее.

Служение

У меня несколько непривычное представление о душе. Я думаю, что мы находимся в душе, вопреки распространенному представлению, что душа находится внутри нас. Большая душа, что бы это ни было, определяет и призывает каждого для служения ей. Некоторым достается легкая служба, некоторым — трудная. Некоторые служат созиданию, а некоторые разрушению, их служба ужасна. Но в обоих случаях речь идет об одной и той же службе. С точки зрения Большой Души, это одна и та же служба. Никто не в силах противостоять этой душе.

Есть люди, которые считают, что весь мир у них в руках. Как будто бы есть люди, которые могут уничтожить мир, если захотят; как будто бы есть люди, которые могут спасти мир, если захотят. Такие люди оторваны от потока.

Мы все вплетены в поток своей судьбы, какой бы она ни была, у каждого свое предназначение, которое он воспринимает только как свое. Об этом представлении один великий тера-

50

певт сказал: «Каждый находит песню, которую должен спеть». Поющий эту песню всегда

удовлетворен, глубоко удовлетворен, не важно, в чем его предназначение.

Это имеет отношение и к моему пониманию преступников и жертв: и те, и другие находятся на службе. Если воспринимать их серьезно, понимаешь: у них одна и та же служба. Хорошие — так называемые хорошие — и плохие — все несут одну службу. Такое понимание может положить конец высокомерию и надменности. Когда человек в гармонии с собой, он уважает всех, и прежде всего себя самого.

Большие судьбы — это неизбежность. Однажды я сказал моему другу, известному психоаналитику, очень провокационную вещь: «Гитлер — посланец Божий». Это следствие описанного образа мыслей. Это трудно переварить. На это мой друг рассказал мне, что читал книгу, написанную соседом Гитлера по комнате. Книга называлась «Мой друг — Гитлер» или что-то в этом роде. Я сам не читал ее, но мой друг рассказал мне о ней. Друг Гитлера пишет в своей книге, что Гитлер, будучи молодым человеком, пошел в городе Линце на оперу Вагнера «Риенци. Народный трибун». После оперы он всю ночь бегал по Линцу и громко кричал: «Это моя судьба». Так и получилось. Для него это было неизбежно.

Заняв такую позицию, мы обретаем смирение и соглашаемся с миром таким, как есть, не претендуя на то, чтобы его улучшить. Большая душа управляет миром по своему усмотрению, как хочет. Мы только вплетены в то, чем она управляет.

С такой позиции мы можем иначе обращаться с болезнями, смертью, несчастьем, тяжелыми судьбами, кем бы мы ни были: теми, кого это коснулось, или терапевтами, которые помогают таким людям. Если мы займем позицию согласия со всем происходящим таким, как есть, если мы станем просто делать друг для друга то, что смеем и что можем, осознавая свои границы, — наступит мир.

Я глубоко убежден, что каждый из нас находится на службе. Как бы там ни было. Этой службы невозможно избежать. И никакая вина не поможет избежать этой службы. Если человек виновен в чем-то, он призывается на службу в силу своей вины. Это трудно. Если виновный видит это именно так и говорит: «Я призван на службу в силу моей вины, и все же я отвечаю за ее последствия (последствия неотделимы от вины)», — тогда он

51

гармоничен. И как виновный, и как плохой. Тогда вопрос ответственности снимается. Мы не вольны выбирать, быть нам хорошими или плохими. Так называемый хороший, возможно, вытянул счастливый билет, но это не дает ему превосходства. В глубине согласие царит между всеми людьми. Там все равны. Все они на службе. Один таким, другой — иным способом. Поэтому я могу сопереживать любому, поскольку я встал рядом с ним. Так я могу сопереживать и плохому, и больному, и великому. Я могу встать рядом с каждым из них. Из глубины этого созвучия исходит сила, с помощью которой можно добиться многого.

В память об Освенциме

УЧАСТНИК: Пятьдесят лет назад были освобождены узники Освенцима. В Освенциме было очень много как преступников, так и жертв. Сыновья и дочери этих людей, их внуки, их потомки живут сейчас. Можно ли сказать, как это отразится на времени, поведении и деятельности этих людей сегодня?

Б. Х. Я могу ответить на этот вопрос, только работая с конкретным случаем, после того как сделаю расстановку семьи. Общие слова не имеют смысла. Различия слишком существенны. Но я бы хотел предостеречь от преувеличения прошлого. Иначе мертвые могут внезапно стать живыми, а живые мертвыми. Тогда все повернется против потока жизни.

За публичными обвинениями в адрес преступников и требованиями помнить об их преступлениях, чтобы они не повторились вновь, кроется представление, что те события произошли по воле людей и могли быть ими предотвращены или исправлены. Мне кажется самонадеянным представление о том, что такие мощные движения, как та война, могли быть предотвращены или что их можно предотвратить на будущее, просто думая иначе. Так можно слишком заважничать, как будто ты Бог, а это очень вредно для души.

И еще кое о чем нужно подумать. Поддерживая общие представления, люди часто считают себя в душе лучше преступников прошлого. А ведь и преступники совершали свои преступления, считая себя лучше других. Обвиняя их, я внутренне становлюсь таким же, как они. Вот почему это так опасно.

52

I

Все это я говорю в общем. В моих терапевтических письмах, в моем последнем терапевтическом

письме, я писал об одной еврейской женщине, которая сама была узницей концлагеря. Она собиралась в Мюнхене делать доклад в память годовщины того дня, когда еврейские врачи в этом городе были лишены права практики. Она прислала мне проект своего доклада с просьбой, чтобы я высказал свое мнение. В докладе эта женщина выдвигала некоторые обвинения. В своем ответе я написал ей примерно следующее: самое уместное — скорбь. Когда в Иерусалиме — я видел это сам — люди подходят к памятнику жертвам Холокоста, они плачут. Люди стоят и плачут. Но если бы кто-то подошел ко мне и сказал: «Ты немец», я бы не смог больше плакать. Обвинения прекращают траур. То же самое я наблюдал и в Хиросиме. Люди приходят к памятнику жертвам Хиросимы и плачут. Я тоже плакал. Но если бы кто-нибудь пришел и сказал: «Ты американец», человек не смог бы больше плакать. Обвинители лишают жертв возможности скорбеть, а скорбь и есть самое уместное в данном случае. Совместная скорбь объединяет. В скорби нет места надменности. Это целительная скорбь.

Воспоминания, которые завершают и объединяют

В последние годы я много думал о взаимном влиянии живущих и умерших друг на друга. В прошлом году в Германии в связи с Франкфуртской книжной выставкой состоялась дискуссия о воспоминаниях. Эта дискуссия отозвалась болью в моей душе тем, что она так поверхностна, и тем, что она не прониклась глубиной происходящего. В своей книге «Der Abschied» («Прощание») я писал об этом, но все же мне чего-то не хватало. Я не совсем понимал это. Тогда я размышлял о том, какими должны быть воспоминания, целительные воспоминания. Воспоминания, которые заканчивают нечто и объединяют одновременно.

Если человек, будучи ребенком, пережил что-то страшное, он часто вытесняет воспоминание об этом. Психианализ показал нам, как важно, чтобы вытесненное было извлечено на свет.

53

Но наблюдение подсказывает: если нечто показалось на свет, это еще не есть решение. Необходим следующий важный шаг. Этот важный шаг заключается в том, чтобы человек согласился с происшедшим без сожаления. Например, произошел несчастный случай, и человек полностью парализован. Он постоянно вспоминает о случившемся в любом случае. Но решения не будет до тех пор, пока человек не согласится с событием без сожаления. Это очень трудный шаг. Но если не сделать *его*, будет еще хуже. Можно представить себе, что будет, если человек не может согласиться с произошедшим, если он постоянно будет жалеть об этом.

Если такой шаг удастся, если человек, невзирая на состояние бессилия, в котором он находится (ведь изменить случившееся все равно невозможно), сможет согласиться с происшедшим, таким, как есть, — в момент согласия он достигает глубины души и получает силу, которой нет у других людей, за исключением переживших нечто подобное и согласившихся с этим.

То же относится и к жертвам концлагерей. Выжившие узники и мы должны быть в силах согласиться с тем, что было, иначе мы останемся отрезанными от этих событий. Согласие возможно, только если мы будем понимать случившееся в контексте чего-то большего, чего мы понять не можем. В нас живет потребность избегать страшного, как будто этого быть не должно. При этом именно ужасное в конечном итоге — основа всему и движет всем. Только тот, кто согласен с ужасным, полностью свободен.

Один случай мне это наглядно показал. В Центре Холокоста в Сан-Франциско ко мне обратилась одна женщина, пожилая дама, которая ребенком была узницей концлагеря Дахау. Она описала *мне* такую сцену: она лежит на полу, солдат СС, поставив ногу ей на живот, расстреливает еврейских детей. Это самое ужасное, что можно себе представить. Но в тот момент с ней что-то произошло. Она внезапно ощутила, что находится где-то по ту сторону происходящего, почувствовала невероятно глубокое счастье, она не чувствовала ни ужаса, ни боли. Она сказала: «Если бы в тот момент мне прокололи ножом руку, я бы не почувствовала ничего». В тот момент она была в созвучии с чем-то большим, частью которого было и происходящее. С тех пор ее сопровождает это чувство. Она также сказала: «Я совершенно примирилась с Гитлером во мне, с преступником во мне. Нет ничего такого, что бы мне мешало».

54

То, что я говорил о жертвах, в равной степени относится и к преступникам. Преступники также вплетены в нечто, что стоит над ними и использует их. Это можно увидеть во многих расстановках. Если в таких расстановках дать происходящему свободно развиваться, то между преступниками и их жертвами на самом глубоком уровне возникает связь. Они становятся равны. На самом глубоком уровне они равны. В этот момент жертвы — больше не жертвы; преступники — больше не преступники. Живые должны отступить в сторону от того важного, что происходит

между жертвами и преступниками. Тогда наступит мир.

Убийцу влечет к его жертве

Убийцу нужно предоставить движению его души. Его влечет к умершим, к его жертвам. Там он обретет мир. Нельзя останавливать его на этом пути. Признав умерших, посмотрев им в глаза, он не сможет поступить иначе, как пойти к ним. Это не значит, что он должен лишиться себя жизни, но он должен признать умерших, признать, что в силу содеянного он принадлежит им.

Многие убийцы времен нацизма считали себя великими и всесильными. В расстановках их потомков это иногда находит свое выражение. Но если в расстановке их положить рядом с умершими, их жертвами, им сразу становится стыдно, ими овладевает смирение. Затем начинается движение к умершим, и там убийцы находят свой покой. Тогда и их потомки свободны от обязательства уйти вместо убийц.

Бывают ситуации, в которых становится очевидным, что убийцы настаивают на своих убеждениях. Тогда необходимо, чтобы их потомки от них отвернулись, дали им уйти из своего сердца и отдали их на волю высшей силы.

Покой для убийц и жертв

В отношении убийц и их жертв мы должны остерегаться точного знания о том, что им подобает, а что нет, как будто мы

55

можем это узнать. В ходе семейных расстановок мы получаем лишь указания на это, но их невозможно проверить. Когда я говорю: «Убийцу влечет к его жертве», это предполагает, что я знаю это. Но речь не о том. Речь идет о том, чтобы с помощью расстановок помочь живым людям, чтобы помочь их потомкам освободиться от переплетений.

При этом важно знать, что убийцу невозможно освободить от его вины. Взгляд терапевта должен быть направлен в первую очередь на жертву. Первое, что он должен сделать, это заставить убийцу посмотреть на жертву. Из этого возникает движение в направлении жертвы. Если такое движение убийце удастся, рядом с жертвой он обретет покой.

«Плохие» и «хорошие»

Мы находимся в плену представления, что мы свободны, и поэтому мы сами ответственны за свои действия и свою судьбу. Поэтому бывают «плохие» люди и «хорошие». Но если внимательно присмотреться, выяснится, что это не так. Жертвы концлагерей были ни в чем не виноваты, были «хорошими» людьми, но это не изменило их судьбы. Так же убийцы не в силах были менять свою судьбу. Они были тоже переплетены. Несмотря на это, каждый в ответе. Однако простое утверждение: он был свободен изменить свою судьбу, а потому в ответе за содеянное — неверно. Он был не свободен, он был переплетен, но, несмотря на это, он обязан нести ответственность за последствия содеянного. Только такой взгляд на вещи поможет нам прийти в гармонию с высшими силами, и тогда борьба со злом, как мы ее себе представляем, прекратится.

Представление о том, что мир должен быть не таким, каков он есть, и что судьба каждого человека в его руках, заходит слишком далеко. Поскольку и тяжелые судьбы, и преступления оказывают влияние на нечто целое, о котором мы хотя и догадываемся, но не понимаем. Тяжелые судьбы я рассматриваю в том же контексте. Тогда они не кажутся мне такими ужасными.

Некоторые судят о реке, стоя на берегу. А сами никогда в ту реку не входили. Кто входил в реку, тот знает, тот смеет говорить об этом.

56

Герои без риска

Возражения против такого взгляда на служение и связанные с этим возражения против иного скрытого взгляда на активное сопротивление и схожие темы связаны, вероятно, и с тем, что идентификация с «жертвами» и «героями» позволяет чувствовать себя лучше других, почувствовать свои превосходство и право предъявлять претензии. Такие возражения ничего не стоят, ведь они основаны не на собственном страдании или собственном мужестве, риске — это возражения без взгляда в собственную глубину, в глубину собственного страха, собственного «быть искушенным», собственного бессилия. Рассуждать об этом может только тот, кому сама судьба и собственная душа дает на это право, кто в силу собственного опыта обрел смирение.

Внимание к душе

Мне бы хотелось сказать еще кое-что о принципиально значимом — о терапевтической позиции, поскольку это кажется мне очень важным. Я называю это феноменологическим подходом. Терапевту необходимо открыться видимой реальности. Что говорит клиент, как он выглядит и т. д. В то же время терапевт должен смотреть не только на клиента, он должен воспринимать

воздействие всего, что его окружает, в том числе скрытого. Такой вид внимания не нацелен ни на что конкретное — какую-то цель, внимание направлено вширь, но не ищет ничего специально. Терапевт при этом не должен иметь никаких намерений, например, намерения вылечить; он не должен бояться того, что может выявиться, будь то смерть, или конец, или исцеление и жизнь. Он открывается этому, как оно есть. Это означает, что в своей душе терапевт находится в согласии с миром — таким, как есть, с судьбами — такими, как есть, как с жизнью, так и со смертью. Он не ставит себя так, что борется с чем-то или хочет что-то исправить. Он гармоничен.

Тогда из состояния «быть в гармонии» внезапно, как подарок, приходит понимание. Оно приходит непосредственно из ситуации, из того, что стоит за ней, что проявляется. Это понимание очень важно и связано с тем, что выявляется в данный момент.

57

Оно всегда направлено на решение для клиента! Любой вопрос из любопытства, например: «А что это было в точности?» — уводит взгляд от целого. Его уже невозможно уловить.

Для многих терапевтов это означает полную перестройку. Терапевт, привыкший задавать много вопросов, прорабатывать темы (чему, собственно, и учили многих терапевтов), чтобы выяснить точно, что было, должен распрощаться с такими представлениями, если хочет работать феноменологически.

Тогда терапевт говорит не с человеком, с которым работает, т. е. не с его «Я», а с его душой. Но это не собственная душа клиента, это душа, частью которой является сам клиент.

Все это лишь образы, но вы могли заметить разницу позиции с точки зрения такого подхода.

И еще кое-что необходимо учитывать. Мы работаем при помощи семейных расстановок, но только до определенного момента. Затем наша работа идет за пределы семейной расстановки, например при появлении решений и разрешающих фраз. Последние являются не только результатом расстановки. Они идут от знания через движение любви в душе и то, что движет человеком в его глубине.

При этом необходимо обратить внимание на определенные подходы. Многим становится страшно, когда у кого-то случаются бурные проявления чувств (как, например, вчера у женщины, которая пошла к своей матери, почувствовав ее глубокую тоску). В этом случае терапевт может поддаться искушению страдать вместе с клиентом. Но стоит терапевту поддаться такому искушению, он бессилён. Поэтому и тогда терапевт должен оставаться в стороне. Смотреть на то, что происходит, и быть рядом.

Хороший пример для такой позиции мы находим и в Ветхом Завете. Речь идет об Иове, который потерял все. Сидя на навозной куче, он чувствовал себя совсем несчастным. Позже пришли его друзья, сели в отдалении от него и целую неделю хранили молчание. Это значило — просто быть рядом. Это требует сил. А подойти и дать хороший совет — это легко. Если, например, говоришь клиенту: «Теперь дай волю своему чувству!» — это слишком примитивно. Это ничего не дает!

Итак, терапевт должен, оставаясь собранным в своей середине и не поддаваясь искушению, переживать чужое страдание, согласиться с тем, что происходит. При этом он должен внимательно следить за некоторыми вещами: например, опре-

58

деленные чувства ослабляют. Любое ослабляющее чувство препятствует решению. Поэтому иногда я требую от клиента: «Противься слабости, будь сильным!» — или: «Выпрямись и иди вперед!» — или: «Говори спокойным голосом!» Или: «Делай это беззвучно!» Все это помогает собраться и придает силы. Такая сила помогает двигаться вперед.

Идти вместе с душой

Душа движется шагами. Поэтому помощник всегда продвигается вместе с душой только на один шаг. Затем душа работает сама с собою, пока не подготовлен следующий шаг; тогда помощник сопровождает клиента еще на шаг вперед. Из этого следует, что прерывание — это тоже терапевтическая мера, которая возвращает душе ее силу. Тогда работает не один терапевт, работает душа. Когда она снова заявит о себе, терапевт может откликнуться. Он откликается на то, что говорит ему душа. Так терапевт остается в процессе диалога с душой.

Чистота души

Чистота души — не то же самое, что чистота тела, но они связаны. Чистота души — это сознание ее вплетенности в нечто большее и признание этого. Мы вплетены в свою семью, свой род и свое окружение. Наша работа позволяет сделать вывод, что душа распространяется и за пределы нашего тела, что мы находимся в душе, а не она в нас.

Чистота души — это и ее участие в Большой Душе. Мы учимся понимать, что Большая Душа

управляет нами как в благополучии, так и в болезни, когда мы не понимаем или не уважаем ее законов.

Безразличие

УЧАСТНИЦА- Я задаю себе вопрос, как можно жить с такой серединой, из которой идет такое чувство, что все безразлично?

59

I

Б. Х. В западной духовности существует упражнение на позицию индифферентности. Это «отступить назад» является также и основной позицией стоиков. Тому, кто отступил назад и собран, все едино: жизнь и смерть, добро и зло. Он согласен и с тем, и с другим. Но время *от* времени полезно улизнуть — на карнавал, например. Это тоже необходимо.

Богатство души не сравнить ни с каким учением

В семейных расстановках действуют силы, которых мы не понимаем. Я их не понимаю. Однако существуют некие возможности их объяснения, например морфогенетические поля. Если бы я захотел в этом разобраться, мне кажется, это отняло бы силу у моей работы. Я бы стал пытаться объяснять тайны, но тайны остаются тайнами.

Остановиться перед тайной — это важнейший источник сил терапевта, я так считаю. Подойдя к границе смерти, мы понимаем, что бессильны перед ней. То же относится и к тайне судеб, связей, взаимодействий; к тому, что кто-то принимает на себя, сам о том не ведая; что кто-то призван на службу, которую не понимает. Это тоже границы, перед которыми я останавливаюсь.

Состояние «отступить назад» и остаться стоять на границе отнимает много сил, особенно вначале. Трудно выдержать пустоту между тобой и тайной. Мы ищем объяснений, чтобы устранить угрозу тайны.

Это странно, что человек, который получил диагноз своего состояния, чувствует себя лучше (даже если диагноз неверен), ведь он получил объяснение необъяснимому. Задача многих религий — объяснять необъяснимое, раскрывать или объяснять тайны, которые все равно остаются непостижимыми и скрытыми.

Позиция «остановиться перед тайной» — вот что наиболее уместно. Уважение к тайне может открыть нечто скрытое. Многие решения или слова приходят мне во время моей работы как подарок, потому что я всегда останавливаюсь перед тайной. Я останавливаюсь на границе, будучи абсолютно собран, и что-то появляется на свет из темноты, что помогает. Это может быть следующий шаг или решение, или что-то другое.

60

Начиная расстановку семьи, я не знаю, куда она приведет. Я делаю первый шаг, жду, иду к границе, я не знаю, что будет дальше. Внезапно, как молния, ко мне приходит указание, что делать дальше. Порой оно настолько непредсказуемо, что становится страшно, оно кажется опасным. Если в этот момент я начну думать: можно ли это делать, если я, так сказать, спрошу об этом тайну, тайна ускользнет от меня, я становлюсь бессилён.

Судьба

Предварительное замечание: приводимое интервью было записано Баварским телевидением, отрывки из него были показаны в эфире, вопросы задавала Дорит Ваарнинг.

Совесть и судьба

— Традиционно судьба рассматривалась как высшая сила, которая оказывает влияние на нашу жизнь. Каково ваше видение судьбы?

— Судьба — это то, чему каждый из нас следует, не понимая почему. Судьбу определяет родовая неосознаваемая совесть, действующая в семье. Эту совесть можно распознать только по ее действию. Хороший пример для этого — греческие трагедии. В них герой следует велению своей совести, полагая, что совершает нечто хорошее и великое. И все же он терпит неудачу, потому что за личной, осознаваемой совестью стоит и действует другая неосознаваемая совесть — родовая совесть, подчиненная совершенно иным законам, чем совесть личная. Осознаваемая совесть — это персонаж трагедии, неосознаваемая — боги. То, что приписывают богам, и есть действие родовой совести. Результатом взаимодействия обоих видов совести становится судьба, она такова, что не поддается управлению до тех пор, пока мы не поймем действия неосознаваемой родовой совести.

— Что же, собственно, такое моя совесть, что управляет моей совестью?

— Совесть ощущается нами как чувство, с помощью которого мы создаем, что необходимо, чтобы быть членом определенной

61

группы. Это похоже на чувство равновесия: как только мы теряем равновесие, мы испытываем головокружение, которое вынуждает нас изменить свое положение, чтобы восстановить равновесие и твердо стоять на ногах. Аналогично действие личной совести. Стоит только человеку отступить от того, что считается правильным в его семье или группе, он начинает опасаться, что из-за своих действий может потерять право на принадлежность к своей группе, его мучают угрызения совести. Нечистая совесть, такая неприятная, заставляет его изменить свое поведение таким образом, чтобы восстановить свое право на принадлежность. Но очевидно, что это только одна из функций совести.

Родовая совесть — это своеобразная инстанция, которая воздействует не на отдельную личность, а на весь род. Это — совесть, которая принадлежит всем членам семьи. Эта совесть включает: детей, родителей, братьев и сестер родителей, бабушек и дедушек, иногда того или иного из прауродителей, а также всех лиц, за счет которых другие участники системы получили какое-либо преимущество. В пределах этого рода или системы действует родовая совесть, которая следит за тем, чтобы никто из ее членов не был утрачен.

Если, например, кто-либо из членов семьи не был признан, был проклят или забыт, родовая совесть позаботится о том, чтобы позднее этот член семьи был замещен другим. Это станет его судьбой, хотя он сам не может об этом знать. Для того, кто избран родовой совестью для замещения исключенного члена семьи, это становится судьбой, хотя он и не ощущает этой связи.

Если знать, как действует родовая совесть, человека можно освободить от повторения чужой судьбы. Нужно принять исключенного члена семьи обратно в группу, оказав ему уважение. Тогда необходимость в подражании ему отпадает.

— *Я бы хотела попросить вас рассказать подробнее о закономерностях, действующих в семейных системах.*

Личная совесть

— Личная совесть испытывает три потребности. В принципе она идентична этим трем потребностям.

Первая — потребность в принадлежности. Совесть следит за принадлежностью. Если я совершаю что-либо, что ставит под угрозу мое право на принадлежность, моя совесть нечиста. Она по-

62

буждает меня к тому, чтобы изменить свое поведение и вернуть себе право на принадлежность. Чувство невиновности здесь не что иное, как: «Я уверен в своем праве на принадлежность». Чувство вины — не что иное, как: «Я должен опасаться того, что потеряю свое право на принадлежность». Это первая потребность совести.

Вторая — потребность уравнивания «брать» и «давать». Эта потребность делает возможным процесс обмена между членами группы. Поскольку эта потребность связана с потребностью в принадлежности, она, как правило, выражается следующим образом: если я получил что-то хорошее, мне хочется возместить это. Но поскольку я чувствую свою принадлежность и люблю, я отдаю чуть больше, чем получил сам. Другие поступают так же, отдавая чуть больше, и это увеличивает обмен. Так отношения становятся глубже.

Однако такая потребность в уравнивании имеет и свою негативную сторону: если кто-то сделал мне что-то плохое, мне хочется и ему сделать что-то плохое. Поскольку я считаю себя вправе сделать это, то, как правило, делаю немного хуже, чем сделали мне. Тогда другой, в свою очередь, испытывает потребность в компенсации, так развивается обмен плохим. Это стремление к мести и восстановлению права иногда настолько сильно, что мы ради него даже жертвуем своим правом на принадлежность. Многие ссоры и споры, в том числе между целыми народами, связаны со стремлением к мести и восстановлению права. Это вторая потребность личной совести.

Третья потребность — это потребность в порядке, потребность придерживаться определенных правил игры. Играющий по правилам чувствует себя добросовестным, играющий против правил чувствует, что должен заплатить за это штраф. Вот основные потребности личной осознаваемой совести.

Родовая совесть

Те же потребности испытывает и родовая неосознаваемая совесть, но это проявляется совершенно иным образом, ведь речь здесь идет уже не об отдельной личности, а о целом роде.

Родовая совесть выражает потребность в принадлежности всех членов рода к этому роду. Потребность ощущает не каждый человек в отдельности, а весь род. Это означает: если один из членов рода исключен, родовая совесть пытается восстано-

63

вить нарушенную целостность, принуждая другого члена рода замещать исключенного, как я описывал ранее.

Родовая совесть испытывает, конечно, и потребность в уравнивании. Ведь вышесказанное также соответствует потребности в уравнивании. Но родовая совесть не проявляет ни малейшего сочувствия к тем, кого она избирает для замещения исключенных и для восстановления нарушенного права принадлежности и равновесия, она приносит его в жертву родовой потребности. Такой опыт часто переносится на Бога.

Третья потребность — это потребность в порядке, но это также потребность совершенно иного рода. В соответствии с этим порядком вошедшие в систему раньше имеют преимущество перед теми, кто вошел в систему позднее. Поэтому родители имеют преимущество перед детьми, первенец — перед вторым ребенком и т. д. Если такой порядок нарушается (если ребенок вмешивается в дела родителей, пытаясь искупить их вину, например), родовая совесть наказывает систему крахом. Трагизм и противоречие здесь заключаются в том, что родовая совесть, выбирая младшего для замещения старшего исключенного, заставляет его терпеть неудачу, поскольку тот нарушает порядок преимущества старших перед младшими.

Судьба и свобода

— *В чем вы видите свободу человека? Человек свободен, или это лишь иллюзия?*

— Это зависит от того, под каким углом зрения мы рассматриваем свободу. С точки зрения собственной совести я зачастую могу решиться на что-то или против чего-то. У меня есть определенный взгляд, пусть и ограниченный. С точки зрения родовой неосознаваемой совести я совершенно несвободен, если только я не научился понимать ее законы. Законы родовой совести выявляются в процессе семейных расстановок. Семейная расстановка — это такой метод, при котором другие люди, замещающие членов одной семьи, расставляются в пространстве по отношению друг к другу. Внезапно заместители начинают чувствовать то же, что реальные лица, хотя и не знакомы с ними. Существует знание, которое может передаваться не только посредством простой передачи. В ходе семейной расстановки можно, например, увидеть, что кто-то замещает другого человека, не подозревая об этом. С помощью этого метода можно обосновать порядки, которым следует родовая неосознаваемая совесть.

64

— *На протяжении длительного времени в психотерапии существовало предположение, что личные переживания, например фрустрация, могут настолько сковать человека на личностном уровне, ограничить настолько, что это становится его судьбой. Но вы объясняете это иначе. Как соотносятся эти две точки зрения?*

— Мы, конечно, зависим от наших переживаний. Однако представление о том, что мы становимся от этого несвободными, не выдерживает критики. Есть люди с очень тяжелыми судьбами, которые тем не менее смогли преодолеть их, черпая силу из произошедшего; другие, не испытывавшие ничего такого, не смогли этого.

Некоторые, напротив, пережив что-то, упрекают виновных или предъявляют к ним претензии. Они считают себя жертвами. Но жертва в таком смысле не способна к действию. Такая позиция становится для них судьбой, но не в смысле судьбы, приходящей извне, а в смысле избранной ими же позиции жертвы.

— *Для того чтобы черпать силу из семейной системы и изменить к лучшему свою судьбу, человек сначала должен узнать, что действует на семейную систему?*

— Сначала он должен это узнать.

— *Иначе освободиться невозможно?*

— Возвращаясь к судьбе, связанной с системным переплетением: спросите себя, принимая на себя чужую судьбу под влиянием родовой совести, не черпает ли человек из этого факта величие? Существует широко распространенное представление, что мы заслужили свое счастье, что, если жизнь идет так, как нам этого хочется, мы имеем право на хорошую жизнь. Это поверхностное представление.

Человеческое величие заключается в другом. Оно состоит в преодолении трудной судьбы. Рассматривать судьбы, сложившиеся под влиянием родовой неосознаваемой совести, только в негативном смысле для меня неприемлемо. Слишком содержателен результат. Иначе не было бы великих и трагических судеб, вынуждающих нас воспринимать жизнь иначе, чем нам этого хотелось бы.

Удавшаяся жизнь

— *В чем же смысл жизни?*

— Смысл жизни — в самой жизни и ни в чем больше. Удавшаяся жизнь исполнена смыслом. Если не предаваться жизни такой, как есть, почувствуешь ее бессмысленность. А потому,
5-5433 65

смысл жизни во многом зависит от того, что каждый сможет сделать с тем, что ему дано.

— *А что такое удавшаяся жизнь?*

— Удавшаяся жизнь, как я это называю, это когда чувствуешь себя в гармонии с действительностью, такой, как есть. Когда человек в гармонии со своими родителями (такими, как есть); со своими предками (такими, как есть); со своей культурой, в которой живет; с судьбой (такой, как есть); со своими травмами (такими, как есть); с возможностями, которые у него есть.

— *Когда слышишь такое, можно подумать, что никто не может или не должен развиваться за пределами сложившейся жизненной ситуации.*

— Любая ситуация содержит в себе росток развития. Для того, кто видит этот росток и следует его движению, ситуация всегда содержит возможность развития.

— *Но иногда говорят: существует внутренний демон, красная нить, предназначение каждого человека. Как найти свое внутреннее предназначение?*

— Каждый в свое время понимает, что имеет особое предназначение, особую склонность. Можно сказать, что каждый поет свою собственную песню. Если он может петь ее, то чувствует себя *хорошо* и *полно*. Найти эту песню не так уж просто, существуют определенные отправные точки. Если человек задумал нечто и хочет непременно этого достичь, но видит препятствие на своем пути, то тот, кто остановится, сориентируется по-новому, поймет, в каком направлении он сможет развиваться плодотворно. Обстоятельства покажут ему правильное направление.

— *Спрошу еще раз: как принять верное решение?*

— То, что верно, придет. Мудрость, например, есть способность различать, что может получиться, а что нет, что мне подходит, а что нет. А иногда, *что* подходит другим и что не подходит. Мудрость ориентируется на целое. Нужно отдаться ситуации, и тогда почувствуешь: что дает силы — то и уместно, что ослабляет — то не уместно.

— *Но иногда мы испытываем некие страхи или желания. Страхи нас ослабляют, хотя, возможно, мы боимся как раз того, что подходит; желания, напротив, часто ведут нас в направлении того, что нам не подходит.*

— Такие страхи и желания идут не от души. Гармоничный человек ничего не боится и ничего не желает. Он пребывает в

66

гармонии и доволен этим, что бы это ни было. Поэтому он может предаться сложной ситуации, счастливая же ситуация для него обычна, ведь он гармоничен.

— *То, о чем вы говорите, наводит меня на мысли о духовном состоянии, в котором человек более или менее не зависит от внешних факторов. Но это не то состояние, которое человек испытывает обычно. Это результат определенной работы. Как достичь такого состояния?*

— Существует определенный вид духовного пути, который уклоняется от жизни, например, если мы только медитируем или отворачиваемся от жизни, как будто она уже окончена. Такую позицию занимают самоубийцы. Они чувствуют, что их жизнь уже позади, поэтому жизнь им безразлична. Это не есть духовность. Духовность — это согласие с жизнью, такой, как есть, согласие с обыкновенной жизнью с ее задачами, радостями и трудностями, такими, как есть. Это духовность — это гармония. А не другое, не уход от обыденного.

— *Чтобы прожить хорошую жизнь, нужно непременно быть сопричастным?*

— Сопричастность необходима, чтобы хорошо себя чувствовать, для этого есть много возможностей. Я могу чувствовать принадлежность к своей семье. Тогда я защищен. Такая сопричастность очень интимна. Однако, кто слишком долго упорствует в этом, скован в своем развитии. Если не признавать ценностей других семей, например, если муж не признает ценностей семьи своей жены, потому что они другие, — брак распадается. Необходимо расширять границы своей принадлежности. Мужчина должен, в определенном смысле, отступить от своей семьи. Тогда он сможет развиваться.

Связанный с целым и связан, и одинок одновременно.

Судьба и вера

— *Можно ли освободиться от судьбы с помощью религиозной веры, веры в высшую действительность?*

— Слишком большая вера в Бога отражает воздействие неосознаваемой родовой совести, а также личной совести. Она приводит к раздуванию собственного ограниченного опыта и его переносу на

Бога. Такая вера имеет отрицательное действие. В религии существует представление об избранных и отвер-

67

женных. В большинстве религий существуют святые — избранные — и отверженные. Это отражение того, что с нами делает личная совесть, если она разграничивает, кто имеет право на принадлежность, а кто нет. Такое разграничение уместно и важно в рамках одной семьи, поскольку держит членов рода вместе. Но при переносе на целое оно имеет наихудшие последствия. Все религиозные войны происходят от этого разграничения, которое для человека без предрассудков при внимательном рассмотрении является несодержательным.

Неосознаваемая родовая совесть, напротив, отражает это совсем иначе, а именно: никто не должен быть исключен, любая замена ведет к скверным последствиям.

Поэтому различие добра и зла, как это принято во всех религиях, оказывает надушу человека разрушительное действие. Это видно по тому, что во всякой набожной семье имеется паршивая овца, которая олицетворяет собою то, что отрицается семьей, и разоблачает претензию семьи на исключительное право представлять добро как несостоятельную.

— *В некоторых мистических религиях распространено представление, что через приверженность Богу человек обретает свободу, поскольку он при этом забывает о самом себе. Не есть ли это возможность для изменения собственной судьбы?*

— Для меня — нет. Приверженность такому чувству: если я отдамся целиком, я свободен — связана психологически со стремлением к невинности. А чувство невинности — это не что иное, как: я уверен в своем праве на принадлежность. Движение ребенка к матери или к отцу, где он чувствует себя в безопасности, переносится на религиозное. Для меня это недопустимо. Это перенос человеческого на религиозное, это попытка объяснения человеческого религиозным.

— *Но ведь понятие судьбы не сводится к вопросу: как я себя чувствую в жизни, чувствую ли я себя свободным и гармоничным? Тогда уже не важно, почему. Если я чувствую себя уютно под опекой Божьей, жизнь моя прекрасна, я покорил судьбу?*

— Это чувство ребенка. Кто предается ему, останется ребенком и никогда не станет взрослым. Покорение судьбы предполагает мужество испытать вину, мужество отступить от того, что нам диктует совесть. Совесть всегда ставит нам рамки, диктует, что хорошо для нашей группы, она говорит нам, что тех, кто привержен иным ценностям, нам надлежит исключить. Поэтому совесть всегда имеет ограничительное действие. То же

68

действие имеет и религия, считая правыми одних, а других — неправыми. А потому необходимо прийти в гармонию с иной действительностью (с действительностью, которая снимает все различия), преодолеть границы совести, оставив их позади себя. Вот это для меня религия.

Судьба и душа

— *Вы верите в эволюцию сознания, верите, что человечество движется к более высокому, глобальному сознанию?*

— Я замечаю, что душа способна к прогрессу, что жизни человека присуще развитие. Личная осознаваемая совесть моложе родовой неосознаваемой совести. Она — результат развития. И то, что стало возможным понимание взаимодействия обоих видов совести, — это прогресс. Движения души, в самом широком смысле, сделали это возможным. Если следовать движениям души, будешь движим вперед, к чему-то большему.

— *Что такое душа?*

— Душа по-латыни *anima* — это то, что делает возможным чувственное, т. е. одушевляет живое и делает возможной жизнь. Душа — это не что-то отдельное, что принадлежит каждому, каждый участвует в душе. Эта Большая Душа управляет эволюцией, я так считаю. Эволюция управляется чем-то знающим, а это душа. Предающийся движению этой души способен развиваться. Однако зачастую мы отрезаны от движений души обоими видами совести. Чтобы ощущать движения души и следовать им, необходимы просвещение и очищение.

— *Если человек распознал свое переплетение, он свободен?*

— Нет, он не свободен. Думать так — дерзость. Переплетение заключается в том, что я втянут в судьбу того, кто жил до меня, сам этого не зная. Если я смог увидеть это переплетение (например при помощи семейной расстановки), увидеть его по-другому, то я смогу освободиться от него, но только частично. Поскольку освобождение — это процесс очищения, часть моей жизни. Представление, что можно быть совершенно свободным, иллюзорно. Я спрашиваю себя: что же делать тому, кто совершенно свободен? Он парит где-то в воздухе, и это ему ничего не дает. Но

если чувствовать себя включенным в процесс — узнаешь очищение, и это сделает тебя счастливым. Это не сделает тебя свободным, но ты станешь больше.

69

L

ПРИНЯТИЕ ЖИЗНИ

Введение

Эта глава расскажет о том, что происходит с людьми, которые отказываются принять свою жизнь или свое счастье; что стоит на пути принятия жизни. Речь также пойдет о том, какие возможности открывает перед человеком принятие жизни.

Принятию жизни и счастья препятствует наша совесть, дающая нам чувство невиновности, когда мы хотим страдать вместо других, несмотря на то, что другим наше страдание не приносит облегчения и не может помочь. Когда мы счастливы и принимаем жизнь, мы испытываем чувство вины. Полная и счастливая жизнь — это достижение души.

Счастье

Многие гонятся за счастьем, полагая, что непременно должны его поймать. Они без устали мчатся за ним, а на глазах у них шоры. При этом счастье бежит за ними следом, но не может догнать их, потому что они сами бегут за ним.

Б. Х. (клиентке, которой после химиотерапии стало лучше): Выпусти счастье из рук. А если оно придет и постучит к тебе в дверь, просто открой ее. А еще ты можешь просто оставить двери открытыми. Тогда счастье сможет приходиться и уходить, когда захочет. Может, тогда оно почувствует себя в твоём доме как дома.

Другой клиентке: Тебе стало лучше, но все могло кончиться плохо. Если тебе стало лучше, хотя и могло кончиться плохо, склонись смиренно перед счастьем и скажи ему: «Спасибо, что ты пришло!» Просто прими его и все. Дай ему кров, если оно

70

пришло, и отпусти, когда оно захочет уйти, смиренно. Тогда в твоей душе воцарится мир. Это тихое счастье. Ты излучаешь это тихое счастье, для твоей семьи например. По лицам остальных ты увидишь, как оно сияет.

Восприятие счастья

Если кто-то хорошо сделал свою работу, сделал что-то хорошее и это получилось, он счастлив. Такое счастье ощущается как исполнение. Это не связано с так называемым ощущением счастья. Это нечто существенное, нечто полное, что делает человека счастливым, даже если он в трудном положении, в котором несчастлив.

Есть еще и светлое чувство, это тоже счастье. Я могу разделить его с другими, но независимо от них. Такое чувство испытываешь, если принял своих родителей, они живут в тебе как нечто целое, такие, как есть. Когда принимаешь своих родителей, чувствуешь, как все хорошее перетекает из них в тебя; все, что отвергаешь и чего боишься в них, останется за пределами тебя. Если это удастся, ощущаешь, как чувство счастья нарастает.

Путь к счастью

УЧАСТНИК: Я думаю, что не стоит будить спящую собаку, не стоит также собак выкапывать.

Б. Х.: А может, там зарыто сокровище? Если не копать, так и не узнаешь, собака это или сокровище.

Знайте, что каждый счастлив со своей проблемой. Это очень глубокое счастье, потому что оно дает ощущение связи с другими в несчастье, сопричастность с ними. Счастье, напротив, делает человека одиноким.

Если я иду по пути к счастью, я должен освободиться от чего-то, а это страшно. Но такой путь выведет меня на более высокий уровень. На этом уровне я связан с чем-то большим и освобожден от многого другого и более узкого.

71

Самореализация и полнота

Совершенство — весомое понятие. В духовности это весомое понятие. Стремление к совершенству в монастырях — высший идеал. В светском понимании стремление к совершенству существует и в психотерапии, например, в стремлении к полному анализу. Если ты полностью проанализирован, ты совершенен. Стремление к самореализации — это стремление к совершенству. Если мы посмотрим на так называемого состоявшегося человека, мы увидим, что самореализация значит для него жить за счет других.

Но я кое-что понял об истинном совершенстве. Оно начинается с того, чтобы быть в ладу с собой.

Это первое. Многие переживают внутренний разлад. Они не довольны собой. Присмотревшись к таким людям, можно увидеть, что они изгнали из своего сердца одного из родителей или даже обоих. Тогда они отрезаны *от* источника своей жизни. Если человек отделен от своих родителей, он обладает только половиной жизненной силы. А если это так, он впадает в депрессию.

Депрессия — это чувство пустоты, не скорби. Чувство пустоты означает отсутствие в душе одного из родителей. Тогда сердце полно только наполовину.

Депрессия исчезает, и человек в ладу с собой, если он уважает и любит обоих родителей. Если это удастся, это ощущается как дар свыше. Никто не может это просто «взять и сделать», не в силах человека «управлять» этим процессом. Если это удастся — это подарок. Тогда испытываешь светлое исполненное чувство, и депрессия проходит.

Так вот, это была первая ступень совершенства. Вторая ступень истинного совершенства достигнута, когда для каждого члена моей системы есть место в моем сердце. Это мои бабушки и дедушки, тети и дяди, и все, кто уступил в системе место для меня, все исключенные, все люди с тяжелыми судьбами, презираемые, другие члены системы. Если хотя бы один из них останется исключенным, я чувствую себя несовершенным. Если они все в моем сердце, я чувствую себя совершенным. Это истинное совершенство оказывает чудесное действие. В момент его достижения я чувствую себя одновременно состоявшимся и свободным.

72

Исцеление и благо

УЧАСТНИК: Когда я стоял там, впереди, я чувствовал, что речь идет не в точности о том событии, которое разворачивается на сцене, скорее речь идет о чувствах, стоящих там. Речь идет о разрешении судьбы. Это так?

Б. Х.: Да, это так. Речь идет о поиске решения. В этом процессе не важно, что в частности верно или неверно. Коль скоро мы идем по направлению к решению, мы его достигнем и окольным путем.

УЧАСТНИК: Видимо, исцеление — не то, во что мы верим во многих случаях. У меня было такое чувство, что в этом процессе выявляются законы, которые мы понимаем лишь частично, и многое остается совершенно неясным. Мне показалось, что во многих случаях решение невозможно было предвидеть.

Б. Х.: Я не мог его предвидеть. Но принципиальная разница в том, ищущ ли я исцеления (особенно это касается телесного исцеления) или нацелен на восстановление порядка в системе. Если последнее удастся, это приносит счастье и освобождение. Это именно то, на что я непосредственно нацелен. Это оказывает действие и на тело, в большей или меньшей степени.

Когда клиент болен или готов расстаться с жизнью из любви к своей семье и тем не менее ему удастся освободиться от этого давления, он чувствует себя в семье более защищенным. Если до этого клиент был готов умереть, он в той же мере готов умереть и от болезни, но начинает относиться к ней иначе. Здоровье больше не является для него высшей ценностью.

Многие больные и врачи считают здоровье высшей ценностью. Здоровье не есть высшая ценность. Жизнь тоже не есть высшая ценность. У души другие мерки. Если допустить, что наряду со здоровьем болезнь может обладать значением и величием; что смерть в свое время обладает значением и величием, можно спокойнее обращаться с болезнью и смертью.

Старейшее из философских изречений Запада идет от некоего Анаксимандра. Хайдеггер написал об этом изречении длинный научный трактат, измерив его глубину. В распространенном переводе оно гласит: «Откуда вещи берут свое начало, там и должны они погибнуть при необходимости; они должны понести наказание и быть судимы за свои несправедливости в соответствии с порядком времени».

73

Имеется в виду: кто держится за жизнь сверх положенного времени, тот грешит против бытия. Мы движемся вместе с потоком жизни и с потоком смерти. В этом гармония. В этом потоке движутся как благо и исцеление, так и болезнь и смерть. Так мы можем занять другую позицию по отношению к жизни и по отношению к смерти.

Границы совести

То, что мы обычно понимаем под совестью, есть внутреннее чувство, которое сродни чувству равновесия. С помощью этого чувства мы ощущаем, как нужно себя вести, чтобы принадлежать к определенной группе, и чего необходимо избегать, чтобы не проиграть право на принадлежность. Наша совесть спокойна, когда мы выполняем условия принадлежности. Наша совесть беспокойна, если мы отступаем от этих условий.

Условия принадлежности различны у разных групп. В семье воров нужно вести себя иначе, чем в семье священника, например. Для того чтоб совесть была спокойна, дети в обеих семьях ведут себя совершенно по-разному.

Моральным мы считаем то, что ценится в нашей семье, и аморальным то, что отрицается. Содержание этих принципов полностью почерпнуто из системы.

Странно, но чистая совесть дает нам право причинять вред другим, тем, кто отличается от нас. Чистой совестью прикрывается, как правило, тот, кто собирается причинить вред другому. Если я хороший и хочу добра, мне нет нужды взывать к моей чистой совести. Это странно.

Настоящее добро творится по ту сторону совести, чтобы действительно делать добро, нужно выйти за границы собственной совести, а это требует мужества. Истинное добро служит многим, оно признает действительность различий между разными группами, системами, религиями.

Однако существует и высшая инстанция. Она действует за пределами совести, которую я описал только что. Эта инстанция действует, когда мы сами в гармонии с чем-то большим. Действие этой инстанции можно иногда увидеть в расстановках, когда все участники умиротворены и находятся в созвучии с чем-то большим. Или когда человек замечает, что он призван

74

к чему-то и не может избежать этого. Если он не следует такому призванию, что-то ломается в его душе. Или человек, занимаясь чем-то определенным, легкомысленно полагает, что это и есть то, что надо, что-то ломается в его душе. Это тоже результат действия совести. Это — совесть высшего порядка. Она близка бытию, существенному.

То опасное движение отца, которое обозначилось в расстановке, совершенно ясно показало движение к умершим из любви. Это и было движение совести. За ним действует следующее представление: если я сделаю это — я с вами. Поэтому движение к смерти связано с глубоким чувством невинности. Такая невинность, как ни приятно ее ощущать, враждебна жизни. Видно, как важно распознать это, и вопреки страстному стремлению к невинности перейти на другой уровень, где оставить то, что было, или то, что есть. Например, оставить умерших там, где они есть, или там, где они хотят быть. Зачастую это связано с чувством вины. С этим чувством нужно столкнуться или можно столкнуться с целью подтверждения того, что «остаться жить» — это тоже невинность, может, даже большая, чем следовать за умершими. Это было видно по обозначенному движению.

В этой связи я хотел бы еще кое-что сказать о другой, родовой, совести, которую мы не ощущаем. В процессе семейных расстановок выявляется, каким законам следует эта совесть. Она объединяет совершенно определенный круг лиц, я назову его для тех, кто его еще не знает. Это дети, родители, братья и сестры родителей, родители родителей, кто-либо из прародителей и все те, кто освободил место для одного из членов системы, например, прежние партнеры родителей или прародителей. Вот этот круг. Он управляется общей совестью. Эта совесть определяет, что никто не должен быть потерян для системы. Если под влиянием личной совести (которая устанавливает различия между добром и злом) один из членов системы изгоняется из семьи или исключается, или забыт, то под влиянием родовой совести определяется другой член системы, призванный замещать исключенного, так сказать, для восстановления равновесия.

Родовая совесть подчинена еще одному закону, а именно: ранее вошедшие в систему имеют преимущество перед пришедшими позднее. Т. е. родители имеют преимущество перед

75

детьми, первенец — перед вторым ребенком. Кто нарушает установленный порядок (например, ребенок, пытающийся сделать для своих родителей то, что ему не подобает — искупить вину родителей, или старший ребенок чувствует себя ответственным за свою мать, полагая, что он должен держать ее, а не она его), тот идет против родовой совести.

Родовая совесть беспощадна. Она наказывает такую дерзость крахом или гибелью. Несмотря на то, что ребенок делает это из любви — и с точки зрения личной совести это воспринимается, как невинность, — родовая совесть воспринимает это как тяжкую вину и соответственно наказывает. Все семейные трагедии, как и трагедии вообще, происходят в силу противоречия друг другу обоих видов совести. Герой трагедии с чистой совестью совершает то, что противоречит родовой совести, и оттого гибнет. Он должен освободиться не только от влияния собственной совести, но и совести родовой, уважая их и отдаляясь от них одновременно. Это можно сделать, только находясь в связи с глубокими силами, а это глубокая душа. Душа в самой ее глубине, погрузившись в которую можно уйти от всех различий и черпать силу для освобождающего действия.

Вина и невиновность

Чувство вины возникает в разных ситуациях и ощущается по-разному. Самая тяжкая вина, которую мы ощущаем, связана с угрозой потери принадлежности к нашей родительской семье, в силу совершения определенных действий. Страх стать исключенным — это самое страшное чувство вины. Поскольку это чувство так ужасно, оно побуждает нас совершить нечто, что вернет нам право на принадлежность или сохранит его. Такая вина обусловлена влиянием изначальной связи³. Совесть следит за тем, чтобы мы не утратили нашу принадлежность и если мы своими действиями ставим ее под угрозу, совесть реагирует на это, заставляя нас изменить поведение и вернуть право на принадлежность. Это одна из форм вины. Она имеет важную социальную функцию. Она служит поддержанию отношений и связей.

³ Изначальная связь — связывает ребенка с его семьей и родом. Она возникает в момент появления ребенка в семье и сохраняется всю жизнь. По мере взросления она слабеет, но совсем эту связь разорвать невозможно. — *Прим. науч. ред.*

76

Вторая форма вины связана с нарушением равновесия между «давать» и «брать». Если я получаю нечто в подарок, я чувствую вину по отношению к дарителю. Подарок не дает мне покоя до тех пор, пока я не дам взамен нечто равноценное. Такой вид вины ощущается как обязательство. «Я тебе должен», — говорим мы в таких случаях. Если бы мы не следовали этому чувству, у другого возникло бы другое чувство: «Я вправе требовать». Требование — это чувство невиновности, соответствующее вине-обязательству. Требование — это чувство превосходства. Многие помощники наслаждаются таким чувством. Они не принимают ничего от того, кому помогают. Вина в таком случае воспринимается как обязанность, а невиновность ощущается как свобода от обязательства и право требования одновременно.

В совместной жизни существуют определенные договоренности и правила. У того, кто придерживается правил, — совесть спокойна. Это тоже чувство невиновности. Нарушение правил в данном контексте ощущается как вина. Но такая вина переживается не так глубоко по сравнению с виной, связанной с принадлежностью, и по сравнению с виной в отношениях «давать» и «брать». Это поверхностная суть вины. Это осознаваемые вина и невиновность.

Но существует и неосознаваемая вина. Она связана с самонадеянностью. Когда, например, дети самонадеянно берут на себя ответственность, принадлежащую их родителям. Тогда они берут на себя роль старших. Многие клиенты играют роль старших по отношению к своим родителям, как будто они могут отвечать за них или взять на себя то, за что должны отвечать родители. Интересно то, что дети делают это из любви к своим родителям, что ощущается ими как невиновность.

Однако дети тем самым нарушают некий порядок. Они ставят себя выше тех, кто занимает более высокое место в системе. Вина заключается в высокомерии, в самонадеянности. Если речь при этом идет о чем-то значимом, ребенок накажет себя впоследствии стремлением к краху или гибели. Иными словами, существует такая вина, которая не ощущается человеком в качестве таковой. Ее следствием является поведение человека, который ведет себя как очень виноватый. Такой вид вины — причина многих тяжелых заболеваний. Терапевту следует считаться с таким видом вины прежде всего.

77

Терапевт — если он хочет помочь такому клиенту — должен остерегаться того, чтобы ставить себя выше родителей клиента, как если бы он был лучшей матерью или лучшим отцом, или даже понимающим партнером клиента. В противном случае его самонадеянность, как и самонадеянность клиента, приведет к неудаче.

Покой

Вина имеет право по истечении времени пройти. Поддержание чувства вины — это иногда та же самонадеянность. По прошествии времени каждый должен обрести покой.

Пережить пережитое

Я заметил, что многие наши соотечественники, евреи по национальности, выжившие благодаря своевременному отъезду из страны, впоследствии жили как в концентрационном лагере. Из чувства лояльности к погибшим жертвам они жили очень стесненно. Выжившие не принимали жизнь, поскольку перед лицом умерших считали, что не заслужили ее. Они иногда отрекались от своего еврейства и хотели от него дистанцироваться. Однако внутренне они оставались глубоко солидарны с ним.

Я также замечал, что многие выжившие евреи чувствуют то же, что и преступники. Они также отрекаются от своего происхождения и воображаемых деяний, прилагая немало усилий к тому,

чтобы вести себя как христиане. Их отцы и деды крестились, становились особенно добропорядочными христианами, отрекаясь тем самым от общей судьбы своих предков. Это имело плохие последствия.

Принять смиренно

За этим кроется особая динамика. Она связана с опытом, который мы приобретаем в процессе обычных человеческих

отношений. В наших отношениях мы ощущаем потребность платить за дарованное, отдавая нечто взамен. То есть, получая что-либо, я что-то отдаю, и наоборот, если я отдаю, другой отдаст мне тоже. Чередование «давать» и «брать» является основой обмена в человеческих отношениях. Без такой потребности к уравниванию обмен был бы невозможен. Но иногда мы переносим нашу потребность к уравниванию на такие связи, для которых это неприемлемо, например, на отношение к судьбе или отношению к Богу.

Если, например, человек был спасен в силу счастливого стечения обстоятельств, он испытывает потребность отплатить вместо того, чтобы принять это как дар. Хотя это и кажется абсурдным в данном контексте, но легче заплатить за спасение, чем принять его как незаслуженный дар.

Трудно принимать незаслуженные дары, их можно принять, только обладая большим смирением. В принципе за это нельзя даже благодарить, поскольку благодарность в данном случае - это дерзость. Истинная благодарность заключается в скромном принятии, в принятии без надменности. Тогда и дар — по силам. Шаг от «хочу заплатить» к скромному принятию дара есть также отказ от контроля. Кто своевременно «оплачивает» свою судьбу, считает, что таким образом он может получить над ней контроль. Принимать, не отдавая ничего взамен, — это серьезный шаг, он требует полной отдачи, гораздо большей, чем страдание. В этой связи уместно сказать: «Страдать легче, чем решать» и «Несчастье легче вынести, чем счастье».

Солдаты и война

УЧАСТНИК: Я думаю, что мужчины, прошедшие войну, почти все убийцы.

Б. Х.: Нет, это совсем другое.

Высшей добродетелью в семьях является принадлежность всех ее членов самой семье. Семья свято хранит и поддерживает жизнь. Хранить жизнь необходимо. Это динамика внутри семьи.

Для большей группы уважение выражено не в такой мере. Например, государство, терпящее притеснение, борется против него и ведет войну, не важно, справедлива такая вина или нет. Когда идет война, воюющие стороны защищают свою

79

группу и нападают на противную. Солдаты в этой войне становятся частью машины, которой не могут управлять. Они не могут сказать «я хочу» или «я не хочу». Они вовлечены в процесс.

В такой борьбе жизнь одного человека ничего не стоит. Но если в процессе борьбы совершается преступление, это совсем другое. Это имеет значение. Но не для солдат. Не нужно это смешивать. Девиз «Все солдаты — убийцы» — ненормален. Говорящий это жив ценной ценой гибели тех же солдат. Иначе он бы тоже погиб. Таким дешевым аргументом в подобной дискуссии не отделаться.

Приверженность родине

Каждый из нас связан со своим народом и его судьбой. Мы не можем и не смеем уйти от этого. Это очень важно. Политика приема беженцев из стран, где идет война, — это палка о двух концах. С одной стороны, она верна и необходима, с другой — она разрушает нечто в душах многих людей. Они расплачиваются за это страхами, фобиями, тяжелыми заболеваниями. Тот, кто готов разделить судьбу своего народа, какой бы тяжелой она ни была, а это чрезвычайно трудно, обретает покой в душе своей, и он силен.

Очень часто люди пытаются избежать судьбы своего народа, уезжая в другие страны. Мы видим, какие последствия это может вызвать. Это вредит душе, иногда и телу. Величие человека предполагает не только его приверженность своим родителям, но и своей родине. Готовность разделить со своей родиной ее судьбу, если это необходимо.

Бывают и другие ситуации, например, голод, от которого люди раньше бежали в другие страны. Это, конечно, оправданно. Но это надлом и ощущается человеком как таковой. Оправданно и то, что многие народы сопротивляются беженцам, отказавшимся взять на себя ответственность за свою родину. Как могут они быть ответственны в чужой стране, если не смогли этого дома? Часто беженцы, вернувшиеся обратно на родину, воспринимаются там как враги. И с полным правом. Они же отказались разделить судьбу своего народа, какой бы тяжелой она ни была раньше, ни есть сейчас.

80

Когда я работаю с такими клиентами, моя любовь принадлежит не только им, но и другим, например, тем, кто остался на родине. Я рассматриваю человека в качестве члена его группы. Особое сочувствие я проявляю к тем, кто разделил судьбу своего народа, а не к тем, кто бежал от нее.

Все, что я сказал, действительно при условии многочисленных ограничений, но сказанное необходимо иметь в виду.

Благословение

Человеку свойственно учиться на ошибках. Но и другие могут совершать те же ошибки, что и мы, и они учатся — на наших ошибках в том числе. Мы часто полагаем, что совершили большую ошибку, но позже выясняется, что это было благословением.

Новая жизнь после спасения

Если человек спасся от смертельной опасности, его жизнь начинается сначала. Когда прошедшее позади, многие из таких людей реагируют на это поведением, будто они умерли тогда. Особенно если в момент опасности погибло много других людей.

Для терапевта важно, чтобы он вместе с клиентом вернулся в ситуацию опасности и клиент принял свое спасение и жизнь смиренно, как дар. Чтобы он сохранил жизнь, в том числе перед лицом погибших. Если речь идет о войне, это важная интервенция, значимый образ, при помощи которого терапевт может помочь.

Наблюдая за реакцией клиента, можно видеть, что часто для него легче или было легче умереть, чем выжить. Вопрос заключается в том, вправе ли терапевт, так сказать, вернуть его, не противоречит ли это внутреннему движению души клиента? Не знаю, я предлагаю это как тему для размышления. В такой ситуации полезно включить в расстановку умерших. Их реакция поможет понять, что уместно в этом случае.

УЧАСТНИК: Мне очень близко то, что ты говоришь о спасении. Иногда бывает так, что человек обязан своим спасением

6 - 5433

8 1

I

I

I

другому человеку. Тогда спаситель полагает, что спасенная жизнь принадлежит ему. В чем в таком случае заключается порядок? Как можно отблагодарить за спасенную жизнь, сохранив ее при этом? *Б. Х.* Спасение, как правило, происходит под влиянием импульса. Когда ребенок падает в воду, кто-то немедленно прыгает за ним. Он делает это под влиянием порыва. Порыв в данном случае означает, что человек призван на службу высшими силами.

Благодарность

Если человек подвергся смертельной опасности и был спасен, он часто воспринимает свою судьбу или то, что за ней скрывается, как визави. Для отношений между мужчиной и женщиной нормально, когда один дает — другой принимает, получивший стремится отдать что-то взамен. Стремлению к уравниванию противостоять невозможно, оно служит обмену в отношениях. Не будь его, обмен в наших отношениях был бы просто невозможен.

Но часто потребность в обмене переносится в такое измерение, в котором обмен не только невозможен, но недопустим. Это относится, например, к судьбе и к Богу. Тогда спасенный от смертельной опасности ведет себя так, будто он избран Богом или судьбой. Он даже гордится этим и говорит: «Я смог сделать это», или что-то в этом роде. Кто так себя ведет, тот в опасности.

Другие ведут себя, будто они обязаны отплатить судьбе за свое спасение. Они подвергают свою жизнь множеству ограничений и живут не такой полноценной жизнью, как раньше. Решение для таких людей — принять свое спасение как огромный и незаслуженный дар. При этом они все же будут испытывать давление, но такое давление даст им силу сделать что-то большое и прекрасное вместо того, чтобы путем ограничений и жертвоприношений отплатить за дарованную жизнь.

Компенсация

Всякая система стремится к равновесию внутри себя. Это стремление зачастую выходит за пределы установленных границ. Стремле-

82

ние к равновесию служит поддержанию отношений. Если, например, в семье муж делает для жены что-то хорошее, жена попадает под давление компенсации. Тогда она делает что-то хорошее для мужа и, поскольку она любит его, делает для него немного больше, чем сделал он. Тогда муж

оказывается под давлением и дает жене немного больше хорошего. Так стремление к компенсации вместе с любовью ведут к повышению обмена. Это основа счастья супругов. Поэтому стремление к уравниванию так важно.

Все же такое стремление имеет значение в определенных пределах. Спасенный от смерти, как правило, испытывает потребность в компенсации. Он начинает платить за свое спасение, например, болезнью. Иногда такой платой становится самоубийство. Это такое отношение к судьбе как человеку, которого можно умиловать, которому можно заплатить.

Многие делают то же самое с Богом. Целые религии построены на представлении о том, что за все нужно платить. Все будет хорошо, только если за это заплачено. Что за представления о Боге стоят за такой религией? Чтобы Бог что-то сделал, надо заплатить за это! Это же полный абсурд.

Аналогично происходит компенсация на уровне поколений. Если, например, родители совершили преступление, за него начинают платить дети, хотя это и не их вина. Или другие требуют от детей, чтобы они расплачивались за своих родителей, как будто дети это могут. Здесь необходимо установить границы, и компенсация должна прекратиться по прошествии времени.

Многие войны происходят оттого, что существует необходимость (иногда спустя столетия) что-то компенсировать, какую-то несправедливость, допущенную раньше. Это снова порождает несправедливость и так далее. Мир наступит, если прошлое получит право стать прошлым.

Это — важная тема и для семейных расстановок. Мы возрождаем события из прошлого с тем, чтобы дать им стать прошедшими. Впоследствии больше нельзя к этому возвращаться. Многие, уже имея в руках решение, все еще оглядываются на свою проблему. Так можно потерять решение.

Забвение

Спасенный должен оставить плохое в прошлом, забыть о нем. Забвение — высокое искусство и требует большой духов-

6*

83

ной дисциплины. Через некоторое время нужно забыть и смотреть на маленькие вещи, что перед глазами и под ногами.

Нельзя и оставаться с умершими, нужно вернуться обратно к привычному.

Я слышал, что одна женщина основала орден для неизлечимо больных людей. Как ни удивительно, в этом ордене всегда царила радость. У них было такое правило: не говорить о своих болезнях. В этом что-то есть.

УЧАСТНИЦА: В одной из ваших книг вы пишете о духовном забвении. Это понятие меня очень занимает. Я спрашиваю себя, что это за путь и как пройти его?

Б. Х.: Все, что духовно, это милость, в том числе забвение.

Подарок

Каждый новый день — это подарок, и нужно обращаться с ним как с подарком, даже перед лицом смерти. Это смирение, от него исходит сила. От благодарности, от смиренного принятия подарка, незаслуженного подарка, исходит сила.

Бытие и время

Мне представляется, что вещи со временем приобретают особое качество. То, что длится дольше, имеет приоритет перед тем, что было короче. То, что было раньше, приобретает со временем известную полноту. Хотя это и противоречит духу времени, я объясню это на примере одной истории.

История «Полнота»

Спросил юнец у старика: «Что отличает тебя, который почти что уже был, от меня, кем я лишь стану?»

84

Старик ответил: «Я был больше.

Хоть новый день,

грядущий,

и кажется нам больше, чем вчерашний,

который уже прошел.

Но лишь чем был вчерашний

он может стать,

и тем полнее быть,

чем день вчерашний был.

Так же как старый,

он сначала
резво поднимается к полудню
и еще до зноя зенита достигает
и, кажется, на время замирает в вышине,
пока,
чем дальше, тем быстрее,
не повлекут его к закату
растущий вес и полнота,
и он исполнится,
как день
исполнился вчерашний.
Но то, что было,
не прошло.
Оно осталось,
потому что было,
и, хотя было,
действует,
и, наполняясь вслед идущим новым,
растет.
Как капля круглая,
из тучи пролетевшей
погрузится, то, что было, в море,
которое пребудет.

Лишь то, что никогда стать чем-то не могло, что было лишь мечтой, но опытом не стало,

85

что было мыслью,
но не стало делом,
и было просто отвергнуто,
но не потому, что этим
мы заплатили за свой выбор,
это прошло,
от него и следа не осталось.
Поэтому бог верного момента
является нам юношей,
что спереди кудряв, а сзади лыс,
лишь спереди мы можем схватить его за кудри,
а сзади хватаем пустоту».

Юнец спросил: «Что делать мне, чтобы суметь тем, кем уже был ты, стать?»

Старик ответил: «Будь!»

(Перевод Ирины Беляковой)

МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ

Введение

Эта глава содержит много важных высказываний об отношениях в паре, ее можно читать как краткий курс о порядках любви между мужчиной и женщиной. Она стоит в одном ряду с моими книгами, написанными для пар: «*Wie Liebe gelingt*» («Как удается любовь» — терапия пары Берта Хеллингера, под редакцией Йохан-неса Нойхаузера) и «*Wir gehen nach vorne*» («Мы идем вперед» — курс для пар, переживающих кризис в отношениях) *.

Мужчина и женщина

Основой для отношений в паре являются различия между мужчиной и женщиной. Чтобы стать женщиной, женщине нужен мужчина. Мужчине нужна женщина, чтобы стать мужчиной. Быть мужчиной имеет смысл, только если есть женщина. Быть женщиной имеет смысл, только если есть мужчина, и когда оба дополняют друг друга. Мужчина хочет иметь женщину потому, что ему как мужчине не хватает женщины. Женщина хочет иметь мужчину потому, что ей как женщине не хватает мужчины. Поэтому хорошие отношения в паре начинаются с признания, что каждый принимает в дар то, чего ему не хватает. Мужчина принимает в дар от женщины то, чего ему не хватает как мужчине. Женщина принимает от мужчины в дар то, чего ей не хватает как женщине. Так исполнение любви в природном, изначальном смысле удастся в силу взаимного признания

потребности и готовности подарить другому то, чего не хватает ему самому, и принять то, чего не хватает тебе. Это основа отношений пары.

Этот обмен нарушается, когда один из партнеров ведет себя так, будто ему ничего не нужно, так сказать, осаживая другого,

* Эти книги готовятся к печати и скоро выйдут в свет в издательстве Института консультирования и системных решений — *Прим. науч. ред.*

87

говоря ему что-то вроде: «Посмотрим, что тебе нужно, может быть, я дам тебе это». Такая позиция разрушает отношения в паре, потому что, когда один приносит свои потребности, а другой делает вид, что у него таковых нет и вообще ничего не нужно, это — сильнейшая травма.

«*Basso continuo*» в концерте любви в стиле барокко звучит в глубине своей всегда одинаково: «Я люблю тебя, я беру тебя; я беру тебя в мужья и отдаю себя в жены. Я беру тебя в жены и отдаю себя в мужья». Такое исполнение — глубоко смиренно. Все остальное, включая обмен между мужчиной и женщиной, строится на этой основе.

«Давать» и «брать»

в партнерских отношениях

Отношения в паре складываются, когда мужчина и женщина признают друг друга разными, но при этом равноценными партнерами. Когда они выступают по отношению друг к другу равными.

Партнерские отношения удаются благодаря постоянному обмену «давать — брать». Один дает — другой берет, с любовью прибавляет к полученному что-то и возвращает. Другой снова прибавляет что-то — потому что любит — и отдает обратно. Благодаря обмену, постоянной компенсации с небольшим «приростом» отношения в паре складываются удачно.

Когда один из партнеров вынужден давать больше, от него требуют, чтобы он давал больше, чем получает, — отношения под угрозой. От этого любовь охладевает. Бывает так, что у одного из супругов есть дети от предыдущего брака, и он приводит их в новую семью. От нового партнера он ожидает заботы о своих детях — несмотря на то, что это совсем не его дети. И, выходит, новый партнер должен давать больше, чем получает. От него ждут, что он будет давать больше, чем получает. В таком случае равенство и равноправие нарушены. Есть только один путь: равновесие должно быть восстановлено. Это возможно, только если требующий большего ценит по достоинству то, что получает. Если он откажется от требования: «Ты должен мне», и признает: «Я должен тебе».

88

Если он ценит это — с любовью. Вот что может восстановить равновесие.

Партнерские отношения предполагают равновесие не только в хорошем, но и в плохом. Мы стремимся уравнивать не только хорошее, но и плохое. Если один из партнеров ранит другого, не важно по какой причине, второй стремится ранить первого. И должен это сделать, иначе равновесие нарушено. Но он ранит его с любовью, это значит — ранить чуть меньше, чем ранили тебя. Тогда снова возможен обмен хорошим. Это маленькие секреты удачных партнерских отношений.

Обмен в любви

Обмен между партнерами основан на двух потребностях. Одна из них — потребность в равновесии, другая — потребность в любви. Если один из партнеров дает с любовью — другой принимает. Потребность в равновесии заставляет его вернуть нечто равноценное. Но в силу своей любви он возвращает немного больше, чем получил. То же самое происходит и с другим. Он возвращает немного больше, из любви к партнеру. Таким образом, в силу связи обеих потребностей — в равновесии и любви — обмен растет, а счастья прибавляется. Вот основной принцип счастья, он прост.

Будущее

Сегодня утром мой друг рассказал мне, что Джозеф Кем-белл сказал однажды, что, встречая своего истинного партнера, мужчина или женщина понимают это сразу: «Вот это мое будущее». И это прекрасное слово.

Анимус и анима

Женщине, которая приняла свою мать, не нужен анимус. Она находит себе мужчину.

89

Мужчине, который принял своего отца, не нужна анима. Он находит себе женщину.

Мужское и женское

Мужчина, который следует мужскому началу, чувствует себя хорошо. При этом женскому началу

он может представляться странным и чужим. Но если бы он следовал женскому началу, это было бы предательством самого себя и ощущалось бы как вина, тогда как женское начало воспринимает это как невиновность и доброту. Мужчина, следующий женскому началу, отчужден от себя самого, но чувствует себя без женского начала одиноко и неполно.

Мужская совесть отличается от женской так же, как и мужские вина и невиновность. Что хорошо для женского начала — может быть вредным для мужского. Если мужскому началу не удастся утвердиться, мужчина расстается с женщиной или его постигает разочарование. При этом мужское начало может, признав свои границы, стать действенным, если оно в силу отказа соединится с чем-то большим.

Полная сила

Я бы хотел кое-что сказать о силе. Когда ребенок смотрит на своих родителей, и только на своих родителей — как это обычно делают дети, — он чувствует себя слабым. Какие бы требования родители ни предъявляли ребенку, он полностью находится в их власти. Родители — наоборот. Если они видят только друг друга, а лишь потом ребенка, то чувствуют себя слабыми. Они чувствуют себя маленькими.

Когда ребенок за спиной родителей видит бабушек и дедушек, прародителей и пращуров и смотрит еще дальше, туда откуда издалика приходит жизнь, он видит своих родителей частью чего-то большего. Тогда ребенок может брать от родителей все, что идет от них, ведь он берет не только от родителей, он черпает и из того далека, откуда идет жизнь. Какие у него родители — не имеет никакого значения. То, что идет через родителей, всегда прозрачно, чисто и полноценно.

90

Когда родители смотрят назад и видят, откуда приходит жизнь, издалика, видят себя в этом потоке, они сильны по отношению к детям. Сильны не в смысле «хотеть что-то сделать» или «быть обязанным сделать что-либо», они сильны в силу включенности в поток жизни. Тогда ребенку легче принять от родителей все, ведь они чувствуют себя включенными в поток жизни.

Ребенок, становясь взрослым, собирается вступить в брак, он чувствует потребность в теплых партнерских отношениях. Когда он смотрит только на партнера, то чувствует себя слабым и беспомощным. Когда другой партнер смотрит только на своего партнера, он тоже чувствует себя слабым и беспомощным. Но если каждый из них видит, как он и она — оба вплетены в большой поток; чувствует, что потребность в партнере связана именно с потоком жизни; чувствует, как поток проходит через них обоих, то тогда, глядя друг на друга, они видят не только себя самих. Они видят друг в друге не только мужчину и женщину, следуя лишь посылу: «Мы составим счастье друг друга», — к чему это? Ощущая себя в потоке, они растут над собой. Тогда не совсем важно, каков партнер. Оба находятся в потоке жизни. Они смотрят не только в глаза друг другу, но вдаль, и чувствуют себя несомыми потоком. Так они в состоянии вместе вынести все, что бы ни произошло в их отношениях.

Поцелуй

С несходством можно поступить по-разному. Как? Об этом говорится в сказке о Короле-лягушке. Лягушка безобразна, но на самом деле это король. Можно швырнуть лягушку об стенку, как в сказке⁴, при этом большинство лягушек погибает. А можно поцеловать, как это делает Папагено с безобразной Папагеной в «Волшебной флейте». Поцелуй может сделать как мужчину, так и женщину прекрасными.

⁴ Автор ссылается на сказку братьев Grimm «Королевская дочь и заколдованный принц. Король-лягушка», по сюжету которой принцесса «изо всей силы швырнула лягушку об стенку у кровати. Но едва только ударились лягушка о стенку и упала в кровать, как обернулась прекрасным юным принцем...» (цит. по Я. Grimm, В. Grimm «Сказки. Эленбергская рукопись 1810 с комментариями». Перевод Александра Науменко, М., «Книга», 1988). — *Прим. пер.*

91

Единство и различия

Слово «единство» становится понятным, только если существуют различия. Единства не может быть, если нет различий, потому что единство — это то, что объединяет и связывает различия. Прекрасной иллюстрацией единства различий является пара. Трудно представить себе большее различие, чем между мужчиной и женщиной. Они различны во всех смыслах и все же принадлежат друг другу.

Я думаю, суть самой природы в том, что различия, действуя сообща, становятся едины и так становятся чем-то большим. И космос, и земля, и природа — суть единство различий. Если иметь это в виду, можно понять, как удается любовь в отношениях пары: когда различное остается

различным и все же связано в единое целое. Именно признание различий приводит к глубокому единству; и именно различия и противоречия внутри этого единства представляют собой творческий источник созидания.

Когда различия сглаживают, то получается не общность, а единообразие. В нем нет силы созидания. И только противоположности своим напряжением создают новое и третье. Поэтому для партнерских отношений так важно, чтобы мужчина оставался мужчиной, даже если женщинам не всегда нравится, что мужчины — другие. И наоборот: нужно, чтобы женщина оставалась женщиной, даже если мужчинам порой не нравится, что женщины такие, какие они есть.

Поскольку мужчина отличается от женщины, а женщина — от мужчины, в некоторых отношениях возникает стремление по прошествии времени уравнивать различия, мужчина стремится «перетянуть» женщину на свою сторону, чтобы она стала такой, как он; женщина хочет «перетянуть» мужчину на свою сторону, чтобы *он стал* таким, как она. Это удобно в каком-то смысле, но со временем отношения утрачивают натяжение и силу. Поэтому я ратую за сохранение и поддержание различий.

Как удается любовь

Предпосылки к тому, чтобы любовь удалась, различны, но все они связаны между собой. Чтобы любовь мужчины и жен-

92

шины удалась, необходимы любовь ребенка к родителям и любовь родителей к ребенку. Трудности в партнерских отношениях зачастую связаны с необходимостью найти некое решение, которое готовит партнеров к любви. В партнерских отношениях мы часто хотим достичь того, что нам не удалось в любви к своим родителям. Но этого не будет, если сначала не заструится поток любви к родителям.

И еще кое-что необходимо учитывать, чтобы любовь удалась. Любовь временна. Она лишь фаза в чем-то большем, целом и стремится к завершению. Завершение любви — это прощание в конце. Любовь мужчины и женщины со всеми разочарованиями, которые она приносит, со всеми кризисами, в которые она попадает, — это подготовка к прощанию. И если знать о нем с самого начала, любовь перед лицом прощания становится огромной ценностью. Именно потому, что у любви есть свой предел. Это тоже необходимо учитывать.

Поэтому мы смотрим на проблемы в партнерских отношениях спокойно и хладнокровно. В этом смысле, я думаю, мы находим хорошие решения как для отношений между мужчиной и женщиной, между родителями и детьми, так и по отношению к чему-то большему и целому, частью которого являются все эти отношения и где они позднее завершатся.

Взгляд на третье

В начале партнерских отношений мужчина и женщина смотрят друг на друга. Они принадлежат друг другу. Но невозможно все время смотреть только друг на друга. Нужно вместе посмотреть на что-то третье, что выходит за рамки отношений, нужно совершить что-то вместе. Самое значительное свершение пары — это, конечно, дети. Дети наполняют партнерские отношения. Когда это невозможно, единство пары должно быть направлено на нечто другое, творческое и продуктивное. В общем взгляде вперед растут и развиваются отношения.

Партнерские отношения — часть проживаемой нами жизни, часть живого, его продолжение и служат живому. Так пара может спокойнее принимать любые вызовы.

93

То, что мы обычно принимаем за счастье, часто нечто знакомое, что повторяется. Это соответствует нашим представлениям. Другое счастье, счастье-гармония, может приносить страдания, трудности, кризисы и разочарования. Но в глубине своей оно таит спокойствие, смирение и величие. То, что начинается с поверхностного счастья, приводит нас со временем под действием обстоятельств, шаг за шагом к другому счастью.

В нашем обществе распространено такое негативное наблюдение: со временем любовь утрачивает силу новизны. На самом деле просто происходит сближение с действительностью, уход от иллюзий, партнеры внутренне «вырастают» до реальности. В этом таится иная сила, чем сила представлений в начале отношений.

Преимущество

партнерских отношений

перед отцовством и материнством

Партнерские отношения обладают преимуществом перед отцовством и материнством.

Несомненно, партнерские отношения ориентированы на детей, но дети — это лишь продолжение

партнерских отношений. Из любви к жене муж черпает силу, чтобы стать отцом. Если отец любит детей, он любит в своих детях жену и наоборот. Силы для материнства женщине дает поддержка мужа, которая позволяет ей отдавать свое внимание детям. Это возможно, если жена любит в детях своего мужа, если ее любовь к детям — продолжение ее любви к мужу. Дети будут счастливы, когда их родители любят друг друга в них. Самые счастливые моменты для детей — это моменты, когда дети видят в родителях пару. Тогда они действительно счастливы и спокойны.

Любовь — не единственный источник сил для материнства и отцовства. Другой источник — это потребность передать дальше то, что мать и отец сами получили от своих родителей. Вместо того чтобы вернуть это родителям — это невозможно, — они передают это своим детям.

94

Порядки в смешанной семье

УЧАСТНИК: Если один из супругов или оба состояли раньше в другом браке и у них есть дети от этих браков, каков тогда порядок?

Б. Х.: Во-первых, необходимо уважать предыдущего партнера. Приводимые причины развода, например, что муж был эксцентричный, конечно, поверхностны. Это, как правило, оправдания для самих себя. Ведь если бы женщина не любила мужчину, она бы не вышла за него замуж. Что на самом деле ведет к разрыву — чаще всего скрыто.

Что бы ни было причиной развода, решение требует, чтобы прежний партнер был уважаем. Все люди одинаково хороши, как бы парадоксально это ни звучало. Несмотря на то что многие люди так говорят, на практике этого не видно. Все люди одинаково хороши. Они разные, но все одинаково хороши.

Некоторые, расставаясь, говорят: мы разошлись потому, что я лучше, а муж (или жена) был не так хорош. Это первое серьезное заблуждение. Люди бывают разные, но все одинаково хороши в своем существовании. Каждый представляет собой нечто особенное, и это он не в силах изменить.

Многие пытаются «перетянуть» партнера на свою сторону, сделать его таким же, как сам. Это невозможно. Такая попытка обречена на неудачу. Ведь женятся на женщине (выходят замуж) именно потому, что она такая (он такой). Оставьте же его (ее) таким, как есть. Ведь только будучи самим собой, человек сможет развить свой потенциал, свои способности, собственную судьбу, которую дарят другому. Это основа развития.

И в случае расставания необходимо признать: я уважаю тебя таким, какой ты есть, ты был для меня и останешься таким; таким я любил тебя и таким я люблю тебя до сих пор. Не важно, что привело к разрыву, не нужно это перемещать в плоскость вины, своей или партнера. Что ведет к разрыву? Часто это тайна, разгадать которую мы не в силах. Часто она имеет отношение к прошлому. Зная об этой связи, нетрудно признать это.

Если жена уважает мужа, если муж уважает жену, дети тоже чувствуют уважение к себе. Кто отвергает мужа (или жену), тот отвергает его (или ее) в детях. Это очень обременительно для детей. И в этом случае необходимо признать: я и твой отец —

96

мы оба одинаково хороши для тебя такие, как есть; мы именно те, кто тебе нужен. Тогда дети смогут развить свои особые задатки и согласиться со своей судьбой, обретая при этом силу. Для отца тоже важно, чтобы он признал своих детей, ведь он — их отец, а она — мать. Это сразу принесет облегчение всем.

Когда заключается второй брак, дети вновь обращают внимание родителей на неразрешенное в предыдущем браке, пытаясь найти решение. Эта попытка инстинктивна и слепа. Попытка состоит в том, что ребенок, сам того не замечая, начинает подражать прежнему партнеру.

Если, например, сын от второго партнера подражает прежнему партнеру матери, он становится для матери не сыном, а партнером. И для мужа он не сын, а соперник. Только если первый партнер уважаем, сын может освободиться из этого переплетения и снова стать ребенком. Поэтому так важно, чтобы муж сказал ему: «Ты — с нами, отец здесь — я. Остальное твои родители уладят между собой. Это тебя не касается». Это принесет ребенку облегчение.

Итак, вот некоторые законы, которые необходимо соблюдать, чтобы второе или даже третье партнерство было удачным.

Существует широко распространенный идеал: брак — это нечто на всю жизнь, он должен продолжаться всю жизнь. Если это удастся — это, без сомнения, великое дело и достойно нашего уважения. Но сейчас у нас настолько больше возможностей посмотреть вглубь, увидеть, что происходит в самой глубине души; настолько больше понимания того, что там происходит, что не стоит сожалеть о сегодняшней ситуации.

Еще кое-что необходимо учитывать: ребенок, дети, замещающие прежних партнеров, иногда склонны к развитию нейродермитов и астмы. Это связано с тем, что ребенку необходимо благословение прежнего партнера. Это благословение придет само собой, если прежний партнер уважаем. Вот, пожалуй, все, что я хотел сказать о порядках в смешанных семьях.

УЧАСТНИК: Вы говорили о детях от второго брака, которые могут замещать прежних партнеров. Возможно ли, чтобы ребенок от первого брака, который живет в новой семье, принял на себя эту роль?

Б. Х.: Конечно. Этот ребенок замещает исключенного родителя. Если, например, после развода ребенок остается с матерью, он замещает в новой семье своего отца и наоборот. Реше-

96

ние простое: партнер должен уважать в своем ребенке прежнего партнера. Тогда ребенок чувствует себя комфортно, и ему не нужно замещать прежнего партнера. Ребенок замещает прежнего партнера только, если его не уважают.

Глубоко в душе существует непреодолимая потребность уважать каждого таким, каков он есть. Это один из порядков любви, который действует в глубине души. Чем лучше его понимаешь, тем легче найти решение.

В браке ребенок замещает прежнего партнера одного из родителей

УЧАСТНИЦА: Вы всегда сначала спрашиваете: были ли у родителей связи до свадьбы, есть ли внебрачные дети? Но бывает, что и во время брака возникают связи. Такие связи играют роль?

Б. Х.: Они играют определенную роль, но добрачные отношения играют более важную роль. При исполнении любви возникает связь, которую невозможно разорвать. Поэтому вторая связь может возникнуть только в том случае, если первая связь признана. Если первая связь не признается, ребенок, незаметно для остальных и без побуждения с их стороны, будет замещать первую жену или первого мужа. Это не чей-то злой умысел. Ребенок будет автоматически замещать этого первого партнера.

Если этот ребенок — мальчик, он будет замещать первого мужа матери, что приведет к его соперничеству с отцом. Когда дочери приходится замещать бывшую подругу отца, она становится соперницей матери. Она не сможет принимать свою мать как мать. В первом случае мальчик должен сказать матери: «Меня ничто не связывает с другим мужчиной, вот мой отец». Тогда он снова может быть сыном. А дочь должна сказать отцу: «Меня ничто не связывает с другой женщиной, вот моя мать». Так она снова может стать дочерью.

До сих пор мне не встречались исключения из этого закона: ребенок замещает прежнего партнера одного из родителей. Поэтому я всегда об этом спрашиваю.

7-5433

97

УЧАСТНИЦА: Первого мужа или первую жену всегда замещает ребенок того же пола? Может ли это быть ребенок другого пола и что это тогда для него значит?

Б. Х.: Обычно это ребенок того же пола. Но если такого нет, то это делает другой ребенок. Иногда он становится гомосексуальным, потому что идентифицирован с человеком противоположного пола. Это может привести к психозу. Но и сам факт замещения обременяет ребенка.

Когда мать ведет, себя с сыном так, будто это ее прежний жених, ребенок не может развиваться, он не в ладу с собой. Он в замешательстве.

УЧАСТНИЦА: Вы говорили, что прежняя связь должна быть признана. Признана кем? Человеком самим, его партнером? Что имеется в виду?

Б. Х.: Обоими партнерами. Второй муж должен признать, что он второй, что женщина связана еще и со своим первым мужем. Признавший это может принять женщину как партнершу. В семейной расстановке он, как правило, должен стоять между прежним партнером и своей женой. Таким образом он демонстрирует, что берет женщину в жены. Но многие этого не делают, поскольку это связано с чувством вины. Часто можно наблюдать, что второй муж чувствует себя лучше, чем первый; это значит, что он втайне хочет стать таким, как первый муж. Это значит, что он предрасположен к тому, чтобы также потерять жену. Это относится и женщине. Если вторая жена чувствует себя лучше, чем первая, она будет предрасположена к тому, чтобы тоже потерять мужа.

УЧАСТНИК: Что значит «признание»?

Б. Х.: Это значит — признать, что другой уступил тебе место. Это значит, что второй муж признает, что первый уступил ему место, а второй получил жену за счет первого, и еще: что он второй. То же относится и к жене: она должна признать, что первая жена уступила ей место; что вторая жена получила мужа за ее счет и что она — вторая. Это и есть признание.

Решением здесь будет: второй муж должен сказать первому: «Я признаю, что ты уступил мне место. Но все же я беру ее в жены. Теперь я ее муж». Это будет очень трудно для него, потому что он чувствует вину. Но решение невозможно без этого чувства.

УЧАСТНИК: Нужно действительно сказать это первому мужу?

Б. Х.: Нет. Это только образ, нужно делать это, представляя себе этого человека. Все это можно решить в своей душе.

98

На ребенка влияют и неизвестные ему прежние связи

УЧАСТНИЦА: Насколько важно, известно ли о существовании прежней связи, например, для первого сына? .

Б. Х.: Это не имеет значения. Душе это известно. В процессе семейной расстановки станет очевидным, что это известно.

Браки партнеров из разных стран

Когда браки заключаются партнерами из разных стран, жена чаще всего следует за мужем на его родину. И дети принадлежат родине отца. Но только с одной стороны. В действительности у детей две родины: родина отца и родина матери. При этом родина отца, как правило, имеет приоритет. Это чистое наблюдение. Можно сделать расстановку стран, и тогда станет ясно, к какой тяготеют дети. Общее правило таково: дети следуют за отцом на его родину, следуют ее языку и культуре. Дети также уважают и родину матери, учат ее язык (это очень важно), там у них тоже есть корни. Все же преимуществом обладает родина отца. Детям не нужно выбирать между двумя странами, обе страны принадлежат им. Не «или... или», а «как... так и», с некоторым преимуществом родины отца.

Бывают ситуации, когда человек покидает родину при особых обстоятельствах. Пример: американка покинула родину и вышла замуж за австрийца. Она пришла ко мне на консультацию, и мне сразу стало ясно: она не просто так уехала из Америки. Я сказал ей: «Ты должна вернуться в Америку, это будет правильно, но твои дети должны остаться с отцом». Через полтора месяца мне позвонил ее муж и сказал: «Она сбежала вместе с детьми в Америку, что мне делать?» — я ответил: «Ничего, просто подожди». Через год дети снова были с ним, а жена осталась в Америке.

Б. Х. (участнику): Я рассказал это не в качестве правила для тебя, это важно. Но в расстановке у твоей жены было сильное движение — обратно в Америку, не важно, по какой причине. Причины мне неизвестны. Тебе лучше знать. Отнесись к этому образу серьезно. И все же, если такой образ возник, совсем не

7'

99

значит, что нужно ему следовать. Если она теперь просто уедет, то может сказать потом: «Он сказал, что мне нужно в Америку, но из этого ничего не вышло». Так нельзя.

Клиентке: Речь идет о том, чтобы у тебя был образ: если я это сделаю — это хорошо. Это твое право. Через некоторое время ты сама поймешь, нужно ли это делать, соответствует ли это обстоятельствам. Тогда и решишь, что правильно. Образ — это просто ориентир. Ориентир в том смысле, что в твоем сердце есть место твоей родине, ты признаешь ее достоинство. Тогда, возможно, отпадет необходимость следовать образу, он сам подействует как добрая сила, даже если ты останешься.

Брак с близнецом

Вступая в брак с одним из близнецов, необходимо учитывать, что брак с близнецом — это не одно и то же, что брак с человеком, который рос без близнеца. Партнер должен признать, что близнецов невозможно разлучить, связь между ними слишком глубока. Поэтому для близнеца партнер часто лишь на втором месте после второго близнеца. Тогда брак с близнецом возможен. Если партнер не признает этого, близнец часто ищет замену своему близнецу вне брака. Тогда у него появляется подруга или друг, который замещает близнеца.

Большое счастье требует мужества

Большое счастье требует большого мужества. Держать в руках «простое» и «понятное», глядя вперед и оставляя прошлое в прошлом, — это большое достижение. Всякая попытка отступить назад — это бегство от бремени счастья. Зачем же? Ведь счастье — это так просто! Счастье требует от нас самого большого мужества, ведь его возможно удержать только как незаслуженный подарок, который не нужно и невозможно оплатить. В этом смирение.

Испытывая такое счастье, многие говорят: «У меня есть еще одна проблема, которая не совсем

разрешена». Они отступают

100

от счастья, которое у них уже есть. Так разрушается большое счастье. Оно снова становится маленьким, привычным, большинство счастливы этим. Ведь ничего не нужно делать, оно приходит, так сказать, само по себе.

Б. Х. (одному из участников): Для счастья нужно смотреть на женщину с любовью, например. Она так изменилась со вчерашнего дня, и это так прекрасно. Это же счастье, которое прямо с неба упало, совсем без твоего участия. А ты должен принять его и удержать.

Счастье и несчастье

Несчастье (так же, как и болезнь) имеет определенное стремление, ему необходимо подчиниться. Это стремление — пройти. У счастья тоже есть свое стремление. Это стремление — расти. Я еще кое-что выяснил о счастье. Оно всегда бежит следом.

Позволить любви расти

Любовь соединяет людей. Такое соединение, если оно действительно произошло, делает людей счастливыми. Но иногда что-то мешает людям соединиться. Давайте выясним вместе, что порой мешает людям соединиться. Мы выясним это и посмотрим, существует ли хорошее решение. Хорошее решение нужно искать с помощью любви. Обращаясь с партнером любя, уважая его судьбу, уважая его переплетение (если оно существует), уважая его особую жизнь, нужно вместе с ним благожелательно искать решение.

Иногда этому благому желанию что-то препятствует, например любопытство. Любопытство ранит любовь, оно противно уважению. Любовь означает: предоставить другому пространство, в котором его душа ищет свой путь. Поэтому, если кто-то вмешивается, пытаясь толковать или высказывая сомнение, это плохо. Это — как яд, которым поливают растение. Так растение не сможет развиваться. Но можно поставить растение

101

на солнце, солнце любви и доброжелательности, и иногда освежать его водой. Тогда растение расцветет.

Истинная цена

Когда мужчина и женщина долго живут вместе, но не вступают в брак, то есть не делают следующего важного шага, они как бы говорят друг другу: «Я жду лучшего (лучшую)». Это глубоко ранит партнера. Если они все-таки женятся, эта обида все равно остается с ними. К счастью, это можно исправить. Партнеры могут посмотреть друг другу в глаза и сказать: «Теперь я признаю твою истинную цену».

Образы любви

Разные пары обходятся с любовью по-разному. Некоторые выбирают «удобную» любовь. Они стоят на берегу, у каждого из них свои представления о любви. Река любви, бурный поток любви течет тем временем мимо них.

У других нет правил для любви. Они прыгают в поток и учатся плавать. Внезапно поток начинает нести их. Такая любовь медленно приходит к своей цели.

Некоторые стоят на разных берегах реки, и у каждого свои представления о любви. Они соединятся, только если оба прыгнут в реку. Тогда они смогут поддерживать друг друга, и тем надежнее их понесет поток.

Все это только образы. Истинная любовь выходит за их пределы.

Страх и страсть

В религиозной философии и религиозной психологии есть понятие «*fascinosum et tremendum*⁵» — то, что привлекает и стра-

⁵ В буквальном переводе с латинского: «завораживающее и ужасное». — *Прим. пер.*

102

шит одновременно. Эти чувства проявляются, когда сталкиваешься с божественным или большой любовью. В обоих случаях мы чувствуем одно и то же: «*fascinosum et tremendum*». Любовь не бывает без страха и страсти. В ней есть и то, и другое.

Б. Х. (участнику): Согласен?

Квентин не решает посмотреть на него: Посмотри на меня! Чтобы сохранить свой страх, используй простой прием — закрой глаза. Сильный страх можно испытать только с закрытыми глазами или глядя в сторону. Если смотреть прямо, возможно, почувствуешь немного любви. Смотреть в сторону — способ защиты. Это называется «стыдливый взгляд».

Страх перед любовью

Любви боится тот, кто не любит. Когда любишь — забываешь о страхе. Это как на войне. Боятся те, кто в тылу, — те, кто на фронте, не боятся.

Еще кое-что о страхе: страх рождается от представления. Чтобы бояться любви, нужно смотреть не на женщину, а в сторону. Когда смотришь прямо на женщину — страх сразу уходит. Так что страх — это маленькое счастье.

Интимное

Терапевт, который узнал что-то интимное о родителях клиента, не сможет работать с таким клиентом. Клиент (или клиентка) никогда не простит ему этого. Интимное — это тайна тех, с кем это произошло. Никто не должен знать об этом кроме них самих. Это самая личная из тайн. Если родители говорят с ребенком о своих интимных отношениях, ребенок жестоко накажет себя за это знание. Он ничего не сможет с этим поделаться. Тем не менее он может забыть об этом. Если ребенок любит обоих родителей, он забудет об этом. Тогда он свободен.

Когда мужчина рассказывает об интимных отношениях с женой, пусть даже терапевту, отношения рушатся. И если муж расспрашивает жену о ее прежних интимных связях, а она рассказывает о них — их отношения рушатся. Даже сам вопрос об

103

этом разрушает отношения. Интимное — это нечто святое и должно храниться свято.

Материнское и отцовское между мужчиной и женщиной

Полное исключение из отношений в паре материнской заботы со стороны женщины и отцовской защиты со стороны мужчины, преувеличение значения равноправия партнеров делают отношения беднее.

Но если один из партнеров явно проявляет родительские чувства по отношению к другому, например, предоставляя возможность учиться, принявший это чувствует себя ребенком. И как ребенок, который навсегда в долгу перед родителями и стремится отделиться от них, чтобы стать независимым, так и одаряемый супруг уходит, чтобы освободиться от бремени обязанности. В таком уходе, как и в отделении от родителей, есть нечто пубертатное.

«Слышать» и «видеть»

в партнерских отношениях

Для одних людей важно видеть и быть увиденными, для других — слышать и быть услышанными. Тогда один говорит другому: «Ты не видишь меня», а другой говорит: «А ты меня не слышишь». Такое не редкость. Тогда тот, кто «лучше видит», должен научиться слышать, а тот, кто «лучше слышит», должен научиться видеть.

Думать и чувствовать

При семейных конфликтах важно учитывать следующее: конфликты зачастую возникают из-за различия во мнениях. При этом каждое мнение — ложное, включая твое собственное.

104

Ведь мнение — это мнение, а не восприятие. Обмен мнениями не может привести к взаимопониманию. Взаимопонимания можно достичь посредством восприятия, посредством того, что видишь. Нечего спорить о том, что пол в этом помещении темный. Здесь двух мнений быть не может. Вот почему общение и диалог необходимо привести к тому, что поддается ощущению, а не к определенному мнению. Кто победил в результате так называемого обмена мнениями, тот потерял. Потерял другого. У победившего в споре — грудь колесом, но побежденный для него потерял. Возникает вопрос, а стоит ли это того?

Триумф и ревность

Кто хочет триумфа, тот жаждет поражения. Кто хочет власти — жаждет поражения. Ревнуют не потому, что хотят удержать другого. Совсем наоборот: ревность — это мероприятие, направленное на избавление от партнера, избежав при этом чувства вины. Ведь тогда вину за разрыв можно приписать партнеру. При внимательном рассмотрении это становится совершенно очевидным.

Мстить с любовью

Обиды в партнерских отношениях не забываются благодаря воспоминаниям. Эти обиды, кажется, перекрывают все, что было раньше. Но кто бы стал завязывать отношения, если бы в них не было ничего соблазнительного, если бы в них не было счастья. И это тоже воспоминания. Такие воспоминания так же легко воскресить, как и воспоминания об обидах.

Забыть обиду не дает стремление к компенсации. Если один партнер обидел другого, возможно, задел его достоинство, другой партнер стремится к компенсации. Он тоже обижает партнера, чтобы равновесие восстановилось. Тот, кого обидели, чувствует себя правым и потому обижает партнера немного сильнее. Вот восторг мести! Когда один обижен чуть сильнее, чем обидел сам,

он снова стремится к уравниванию и делает то же самое. Так нарастает обмен обидами, который накрепко связывает, потому что решения нет.

105

Секрет решения в том, что месть нужно «дозировать». Понятно, что совсем без нее не обойтись. Но месть с любовью — это высокое искусство. Один партнер обижает другого, это нормально, иначе он не уважал бы его. Когда его все время только прощают — это скверно. Памятуя о своей обиде, нужно тоже обидеть, чтобы было тоже больно, но чуть меньше, совсем чуть-чуть. Это «чуть-чуть» позволит, отомстив, начать заново. Тогда снова станет возможным обмен хорошим.

Начать заново

Есть секрет для продолжения партнерских отношений после кризиса. Это очень простой шаг: партнеры должны разрешить друг другу начать сначала — с любовью. Чтобы начать заново, необходимо не возвращаться к прошлому. Если это был очень тяжелый кризис, нужно начать «с чистого листа», влюбиться, обручиться, пожениться со всем блеском первой любви. Нужно воскресить этот первый блеск.

Я приведу пример из другого контекста. У одной женщины умер муж. Она погибала: сильно похудела, все время рыдала. Я сказал ей: «Если тебе нужна помощь, можешь прийти ко мне». Но она страдала целый год, прежде чем пришла, наконец, ко мне. Она пришла и сказала: «Теперь мне нужна ваша помощь». Я впустил ее и пригласил сесть. Потом я сказал ей: «Закройте глаза и вернитесь мысленно в то время, когда вы впервые встретили своего мужа. Вспомните о первой любви». Через некоторое время ее лицо просветлело, и я сказал ей: «Это все». Она встала и ушла, снова расцвела, стала энергичной.

Я сказал себе: «Если солнце зашло, оно снова взойдет».

После каждого кризиса отношения нужно начать сначала. Начало означает: самое трудное позади и нельзя возвращаться к прошлому. Даже в мыслях. Так разрушается плохая модель.

Освобождать

6

Партнерские отношения развиваются, благодаря отказу от грез. Грезы о счастье немногого стоят. Во-первых, нужно расстаться с иллюзией, что нашел то, чего не получил ребенком.

106

Это иллюзия, что ребенок нашел мать, которая исполнит все его желания. Это относится как к мужчинам, так и к женщинам.

Влюбленность появляется, когда ребенок в мужчине или женщине-партнере видит идеальную мать. Поэтому влюбленность слепа, ведь партнера видишь не тем, кто он (или она) есть на самом деле. Только после человек постепенно учится видеть другого таким, как есть, любить его таким, каков он есть на самом деле. В какой-то степени это процесс умирания.

Партнерские отношения предполагают постоянное обучение смерти и расставанию. Это насыщенный процесс познания единства, это бесконечный процесс, поскольку за этим единством стоит другое, большее единство, в направлении которого мы все развиваемся. Такое единство я иногда называю первопричиной. Это источник, из которого жизнь берет свое начало. Это источник жизни мужчин и женщин, которые вместе, но все же по-разному поднимаются из него, затем снова погружаются туда, сливаясь в нем в единое целое. Партнерство развивается в направлении высшего единства, это процесс болезненный, и это конечный процесс.

С этой точки зрения кризисы, через которые проходят партнерские отношения, это часть смерти. Но смерть можно рассматривать и как часть жизни. Случается, что человек умирает слишком рано или слишком рано освобождается. Это лишает процесс полноты. Итак, всему свое время.

Расставание

Расстаться по-хорошему удастся, если партнеры говорят друг другу: «Я очень любил тебя, я с радостью давал тебе то, что дарил. Ты тоже очень много дала мне, я чту это. Я беру на себя свою часть ответственности за то, что не сложилось, и оставляю тебе твою часть. Теперь я отпускаю тебя с миром». Тогда расставание состоялось, и каждый может идти своей дорогой.

Расстаться смиренно

УЧАСТНИК: Ты сказал, что когда двое расстаются, то причина расставания всегда остается тайной. Стоит ли разгадывать ее или она должна остаться тайной?

107

Б. Х.: Я объясню тебе подоплеку. При расставании люди часто ищут причину. Поиск причины отражает такое представление: если бы я знал причину, то смог бы предотвратить расставание. Поиск причины обусловлен представлением о власти.

Отказываясь от поиска причины, я вынужден смириться со своей судьбой, которую мне не дано предвидеть. Поступая так, я получаю возможность иначе относиться к расставанию и к партнеру, с которым расстаюсь. Такое расставание не содержит в себе конфликта. Партнеры признают: что-то случилось, и изменить это не в наших силах.

Даже если причиной разрыва стала чья-то вина, то причина самой вины — не в нашей власти. Отказ от поиска причины служит миру. Вот что я хотел сказать к вопросу о тайне и ее признании таковой.

Боль расставания

Разрыв партнерских отношений всегда связан с глубокой болью. Важно, чтобы оба партнера предались этой боли. Многие пытаются избежать боли, упрекая партнера или пытаясь выяснить, кто виноват, вместо того, чтобы предаться боли. Кто же виноват — я или партнер? За поисками виноватого или упреками скрывается представление, что все могло быть иначе и что все еще можно вернуть. Но река жизни течет вперед, не назад.

Когда работаешь с супругами, которые стоят перед разводом, нужно помочь им пройти через скорбь. Ведь эти двое очень любили друг друга, иначе они не поженились бы. Нужно вернуть их в самое начало, к той глубокой любви, которую они испытывали. Заставить их почувствовать боль расставания, расставания друг с другом. Возможно, они начнут плакать. Боль не предотвратит расставания, но прекратит взаимные упреки. Это даст взаимное уважение и поможет им остаться родителями, несмотря на то, что партнерские отношения прекратятся.

Счастье и величие

То, что мы часто принимаем за счастье, — просто удобство. Но величие не знает удобства. Глубина и полнота заключены

108

не в удобстве. Это разные уровни. Поэтому я смотрю спокойно на то, как люди расстаются, если вижу, что для них все позади. Я не пытаюсь соединить их. Так оба могут сохранить достоинство.

Стерилизация

и партнерские отношения

УЧАСТНИЦА: Если один из партнеров подвергся стерилизации, как это отразится на их отношениях и возможна ли в последующем вторая или третья партнерская связь?

Б. Х.: Если один из партнеров подвергся стерилизации, он не сможет вступить в новые отношения. Поэтому такие связи если и возникают, то ни к чему не обязывают. Можно рассматривать их как любовные отношения, но тесной привязанности не возникнет. Если позднее такие партнеры расстанутся, они практически не испытывают ни вины, ни боли.

Бывает, что один из супругов подвергается стерилизации во время брака. Существует такой вид контрацепции. Если это делается по взаимному согласию партнеров, отношения не прекращаются. Партнера, который подвергся стерилизации, другой партнер должен уважать особо. Это важно. Тогда между партнерами сохранится тесная связь.

Наполненная жизнь

Связь между партнерами, особенно когда они становятся родителями, очень глубока. Это такая связь, которая дает партнерам силы заботиться о своих детях.

Наполненная или большая жизнь — это такая жизнь, в которой партнеры нашли друг друга, родили детей и отдаются на волю всех трудностей и рисков, всей полноты счастья и страданий, которые выпадают на долю семьи. В этом и есть, собственно, человеческое величие. Это обычная жизнь каждого члена семьи. Большинство людей живут именно такой обычной жизнью.

109

Любой иной стиль жизни, например эзотерический, как правило, не может достичь такой степени величия. Многие эзотерики не заботятся о своих семьях. Они уклоняются от обыденных забот. Путем такого отказа они возвышаются и сами себе кажутся озаренными или лучше других. Но по сравнению с тем, кто живет обычной жизнью, их вес меньше, они обладают меньшей силой. Поэтому я всегда работаю с большим почтением и уважением перед родителями, с уважением тех трудностей, с которыми они сталкиваются, с уважением того, что они готовы принять.

Бывают люди, которые считают, что родители делают это неправильно, что они призваны помочь родителям делать это лучше. Примечательно, чаще всего это неженатые люди, не имеющие детей, которые вмешиваются в дела семьи, чтобы помочь «бедным» детям справиться с их плохими родителями.

Такое бывает, и то, что они делают, очень плохо. Они подвержены иллюзии, что дети будут им благодарны, но дети остаются верны своим родителям и в горе, и в радости. Величие детей в том,

что они привязаны к своим родителям и горячо любят их.

Каждый человек в состоянии сам решить свою проблему. У него достаточно сил для этого. Те же, кто полагают, что должны помочь кому-то в решении его проблемы, как правило, слабы. Они никогда не примут на себя всю полноту ответственности. Давая с готовностью хорошие советы, они исчезают, когда речь заходит о чем-то действительно серьезном, например, если необходимо на протяжении длительного времени заботиться о троих детях. Человек, несущий многие годы груз определенной проблемы, живя с ней, не нуждается в посторонней помощи. Возможно, иногда он нуждается в небольшой поддержке, но не более того. И уж во всяком случае они не нуждаются в сочувствии. Своим сочувствием мы их унижаем.

Некоторые развернули дискуссию о том, а нужна ли семья вообще? Это странно. Я думаю, что если упразднить семью, то мир превратится в огромный сумасшедший дом.

Любовь в наше время

Предварительное замечание: нижеприведенное интервью было записано австрийским радио, вопросы задавал Йоханнес Кауп.

110

Любовь и порядок

— *Господин Хеллингер, в наше время любовь кажется редким, трудно доступным благом. Все мы жаждем найти ее, но мало кому это удастся. Если посмотреть на среднюю продолжительность партнерских отношений, их легкость, складывается впечатление, что дела с любовью у нас обстоят не важно. Это так или просто люди в наше время более целенаправленно ищут то, к чему их влечет?*

— Если я правильно понял ваш вопрос, речь идет прежде всего о любви между мужчиной и женщиной. В наше время любовные отношения часто рассматриваются с точки зрения собственного «Я». Как я смогу состояться и развиваться в рамках партнерских отношений. Тогда мы ищем человека, который нам обещает это и который, с нашей точки зрения, в состоянии дать нам то, чего мы ждем от него. Это обоюдный процесс. Оба партнера ищут этого.

Но отношения между мужчиной и женщиной — часть более сложных взаимосвязей. По своей природе они нацелены на рождение детей, создание семьи, продолжение жизни. Партнерские отношения как таковые — первый шаг в этом направлении. Если из нашего поля зрения исключаются всеобщие связи, любовь гибнет, потому что другие связи упущены из виду. Это первое.

Второе: любовь, или любовные отношения, всегда имеют свои последствия. Некоторые считают, что можно купить любовь, как пирожное в магазине, и съесть ее. Если одно пирожное надоело, можно выбрать другое. Но опыт или, скорее, наблюдение показывает, что исполнение любви в полном смысле, т. е. сексуальное исполнение любви со всеми его рисками, приводит к возникновению тесной связи в паре, которая не дает партнерам так просто расстаться друг с другом. Доказательством существования такой связи можно считать ее последствия. Партнеры уже не могут расстаться безболезненно, без чувства вины и ощущения собственной несостоятельности. В любви действует нечто, что выходит за ее пределы. Во-первых, цель, на которую направлена любовь, во-вторых, действие порядка, внутри которого любовь может раскрыться. Если недооценивать этот порядок или отрицать его существование, это отразится на любви.

111

Привязанность к родительской семье

— *Вы говорите о таком порядке, который является основой всего в качестве естественного порядка. Но мы также знаем, что незрелые отношения (такие отношения Юрг Вилли определил как тайный сговор — отношения, в которые партнеры привносят свои ограничивающие зависимости) не смогут стать сколько-нибудь удовлетворительными до тех пор, пока тайный сговор не будет расторгнут. Иногда это возможно только при условии разрыва отношений. Как вы к этому относитесь и считаете ли вы, что всякий разрыв отношений — это катастрофа?*

— Тайный сговор возникает тогда, когда каждый из партнеров слишком тесно связан со своей родительской семьей в силу существования в ней нерешенных проблем. Поэтому порядок подразумевает, что для родительской семьи должно быть найдено решение. Если рассматривать невозможность партнеров быть вместе поверхностно, не принимая во внимание тот факт, что причины этого могут находиться в родительских семьях партнеров, разрыв отношений в паре никогда не приведет к решению. Решение будет найдено, если станет возможным отрыв от родительской семьи и если будет найдено решение для переплетений в родительской семье. И так, вместо того, чтобы рассматривать проблему только в рамках партнерских отношений, я смотрю на

нее более широко. Сначала я бы выяснил, как пара, т. е. каждый из партнеров, сможет отделиться от своей родительской семьи приемлемым образом. Если после этого партнеры посмотрят друг на друга, они смогут то, чего не могли раньше.

Любовь и душа

— Когда двое встречаются и влюбляются, между ними происходит нечто большее, чем доступно их сознанию? Или можно просто сказать: «Да, меня очаровали твое тело и твой образ, а больше мне, собственно, ничего и не нужно»? Или это нечто большее? Как вы думаете? Что притягивает людей друг к другу? Может ли это быть просто нечто поверхностное?

— Бывает, скачет человек на осле, а когда осел не хочет двигаться дальше, ему суют под нос морковку. Осел тянется за морковкой и скачет дальше. Морковка манит осла и ведет его

112

вперед, при этом осел даже не замечает, насколько тяжел груз, который он везет. Так же и здесь. Иллюзии препятствуют пониманию того, что ты тот самый осел, который не понимает, куда, собственно, ведет его та самая морковка. Иногда происходит пробуждение, и оно целительно. Когда двое так очарованы друг другом, конечно, не обошлось без неких тайных сил, которые мы не знаем. Это выходит далеко за рамки обычного человеческого притяжения. Это может вызывать воспоминания различного рода.

Например: двое были счастливо женаты, и долгое время все идет превосходно. Но в один прекрасный день жена покупает новую поваренную книгу и готовит что-то новое, не то, что обычно. Тут выясняется — до сих пор муж был привязан к жене потому, что она готовила точно так же, как это делали в доме его родителей. Это маленькое изменение повлекло за собой большие последствия. Когда мы слышим подобные истории — нам смешно. И тем не менее самые разные вещи могут иметь значение.

Для партнеров, в общем-то, все просто. Если они действительно смотрят друг другу в глаза, то видят только душу. Любовь возможна, если две души нашли дорогу друг к другу, но таким образом, что никто из них не позволяет другому завладеть его душой. Не обладая душой, он только видит ее. Тогда души создают глубокую связь, верную и крепкую, без иллюзий. Такая связь не будет и чересчур тесной — в силу уважения перед душой партнера — и все же связь держит их вместе.

— Получается, что вы проводите различие между человеческим притяжением и любовью. Любовь при этом возможна, но не обязательна. Ведь теоретически возможно, что совершенно разным людям удастся построить отношения. Часто нас тянет к людям, которые сильно отличаются от нас самих. Мы можем остановить свой выбор на одном из них, а возможно, и нет. Значит, между совершенно разными людьми могут возникать единственные в своем роде душевные отношения.

— Всякие отношения единственны в своем роде. Если я связываю себя с партнером исполнением любви, я связан, с этого момента свобода выбора утрачена. Представление, что одно другого не исключает, это обман.

— Почему это невозможно?

— Я объясню. Партнер, с которым я вступаю в связь, становится частью моей жизни. Это — дистанция, сойти с

8 - 5433

113

которой уже невозможно. Мы становимся, так сказать, частью одной души. Мой партнер приводит в движение нечто такое, что возможно только с ним. Тем самым он проводит границу перед тем, что впоследствии станет для меня невозможным. Свобода выбора в широком смысле с этого момента для меня утрачена. Но от этого я ничего не теряю. Искренняя, глубокая связь с партнером, несмотря и благодаря ограничениям, которые она накладывает, даст несравнимо больше сил и отваги, нежели свобода выбора, как мы ее себе представляем. Это не есть то многое, что наполняет нашу жизнь, но существенное.

Любовь и влюбленность

— В заголовке одной из ваших книг я прочитал, что влюбленность слепа, а любовь начеку. Можно так сказать? Нужны ли людям эта самая влюбленность, этот экстаз? Ведь это то, к чему люди все время стремятся, к чему человек продолжает стремиться в существующих отношениях с партнером, это то, о чем говорят: золотое время отношений. Как пережить это заново? Как вернуть тот обиходный взгляд, это «влюбиться заново»? В действительности опыт показывает нам, что это невозможно, что привычное, или привычка, будничные проблемы и жалобы

тяготят. Но вернемся назад: действительно ли любовь и влюбленность такие уж противоположности?

— Да. При влюбленности я рисую себе картину человека, не зная его. Я пока не вижу его. В широком смысле — я вижу желаемое. Но в процессе отношений медленно начинаешь видеть партнера действительно таким, каков он есть. Соглашаться с ним таким, как есть, с его сильными сторонами и слабостями. Это любовь. При влюбленности я соглашаюсь с партнером таким, каким я его себе представляю, а не таким, как есть. Поэтому предпосылкой для любви является пробуждение от влюбленности.

Как вы сказали, воспоминания о начале отношений прекрасны. Воспоминания о высшем счастье начала отношений плодотворно влияют на любовь. Связь между взглядом на партнера такого, как есть, согласие с партнером таким, как есть, с воспоминанием о высшем счастье начала отношений целительна и дает развитие.

114

Решения

— *Каковы основные проблемы, с которыми вы сталкивались в процессе терапии пар? Если двое нашли друг друга, уже несколько лет вместе, но внезапно с ужасом пробуждаются и понимают: «Я никогда не думал, что так будет, так я не хочу жить с тобой дальше». Это может стать катастрофой. Такая пара приходит к вам. Вы не могли бы привести несколько примеров, что можно сделать в таком случае? Какие порядки стоят за этим?*

— Решения всегда за пределами того, что мы воспринимаем в качестве проблемы. Такое «пробуждение» возможно, если я рассматриваю партнера как отдельно взятого человека. Если же я рассматриваю его в связи с его семьей, если я знаю о существовании переплетений в его семье, то вижу, что он не может быть иным, чем он есть.

— *И все же я повторю вопрос: как бы вы описали динамику, которая необходима, если кто-то приходит к вам и говорит: «Мы хотели бы что-то сделать для нашего брака, но не можем и не знаем что. Нам стало ясно, что наши отношения были построены на влюбленности, на представлениях. Мы не можем больше выносить друг друга — или я не выношу свою жену, или жена не выносит меня». Есть ли другие решения, кроме развода?*

— В разных случаях по-разному. Если один из партнеров причинил другому значительный вред, например, если муж потребовал, чтобы жена сделала аборт, а она этого не хотела. В таком случае разрыв практически неизбежен.

— *С чем это связано?*

— Это травма, которая не поддается излечению. Существуют поступки, последствия которых необратимы. Это необходимо признать, хотя это и противоречит широко распространенному представлению о том, что любая проблема имеет свое решение.

— С другой стороны, иногда необходимо обладать некими знаниями о переплетениях. Расставание неизбежно, если такие знания отсутствуют или нет готовности выяснить существование переплетения и выявить его. Но расставание не является решением, потому что в следующей связи все будет точно так же. Расставание — это бегство от того, что жизнь в конце концов потребует от каждого из нас.

115

Завершение

— *Почему так происходит, почему эта динамика продолжает действовать в следующей связи?*

— Существует один очень важный аспект партнерских отношений. Партнерские отношения ~ это мероприятие, направленное на борьбу со смертью. Они служат поддержанию жизни. Как только появляются дети — цель и смысл отношений достигнуты. Наличие детей или желание иметь детей — это осознание факта, что жизнь движется к концу. Такое видение конца очень важно. Тогда можно медленно начать прощаться.

Приведу пример. В одном из моих курсов принимала участие пожилая пара, и жена сказала: «У моего мужа рак с метастазами. Совершенно ясно, что долго он не проживет». Мужу было за семьдесят. Я посадил их рядом, попросил посмотреть друг другу в глаза и сказал: «Совершенно ясно, что настало время прощаться. Любые отношения движутся в направлении завершения». Супруги посмотрели друг на друга с любовью, и жена заплакала. Я попросил ее сказать своему мужу: «Я останусь с тобой столько, сколько смогу», а мужа попросил сказать жене: «Я останусь с тобой столько, сколько смогу». Они так искренне любили друг друга перед лицом расставания и смерти.

В этом огромное величие по сравнению с тем, чего может достичь говорящий: «Я найду себе

нового партнера и начну все сначала». Такой человек не понимает, что все так или иначе направлено на завершение.

— *Почему вы придаете такое большое значение смерти и концу в партнерских отношениях? И что в таком контексте означает смерть? Это неизбежный конец любви, любовь кончается вместе со смертью? Или любовь это то, что может преодолеть смерть, на что мы, собственно, надеемся и о чем тоскуем?*

— Любовь не может преодолеть смерть, это иллюзия. Посмотрите на пары, которые вместе кончают жизнь самоубийством, потому что думают, что после смерти есть еще что-нибудь. Для меня это иллюзия. Смерть должна восприниматься серьезно — как завершение жизни и как завершение отношений. Только так можно достичь полноты и завершенности.

— *Вы говорите не «окончание», а «завершение» жизни. Это не одно и то же.*

116

— Да, вместе с завершением жизни достигаются полнота и совершенство. Что происходит после смерти, мы не знаем. Со смертью человек достигает завершенности. Это ход жизни. Всякая новая жизнь возможна потому, что прежде другие уступили ей место. Это нужно понимать. И то, что кажется ориентированным на длительное время, например партнерство, перед лицом смерти видится временным. То, что после смерти, — вечно.

Любовь и уважение

— *Я бы хотел обратить ваше внимание еще на одну форму любви и расспросить об этом. Здесь много возможностей для травм, и вы работаете с этим во время своих семинаров. Любовь между родителями и детьми. Здесь возможны разные проблемы, которые могут оказывать на человека влияние вплоть до глубокой старости. В чем существо любви между родителями и детьми, в чем существо здоровой любви между родителями и детьми? О чем здесь, собственно, идет речь? Можно ли сравнить ее с любовью к домашнему животному, которого всем показывают? В чем различие?*

— Из вашего вопроса мне становится ясно, что для многих речь идет только о том, что происходит между конкретными людьми, т. е. между родителями и их ребенком или между этим ребенком и его родителями. Суть этих отношений можно понять только при рассмотрении в контексте более широких взаимосвязей. Если, например, дочь отвергает мать, не хочет ничего о ней слышать, то ее собственная дочь будет замещать для нее ее мать. Неразрешенный конфликт в отношениях матери и дочери будет перенесен на отношения дочери к ее собственному ребенку. Это называется «парентифицирование». Решения для матери и ребенка не будет до тех пор, пока мать ребенка не посмотрит на собственную мать, не поклонится ей, отдав дань уважения как матери. Решение невозможно до тех пор, пока мать не примет от своей матери то, что та даровала ей, не будет уважать этого, не даст развиваться этому в себе, чтобы после подарить своей дочери. Дочь станет свободной, как только мать совершит такое исполнение по отношению к своей матери.

— *Для некоторых это чрезвычайно трудно, потому что мать не понимает, что должна уважать собственную мать. Возможен-*

117

но, не понимает, потому что мать была ее, например, или презирала, не воспринимала ее женской сути, и одна «история вины» стала основой для другой истории.

— Вы снова сводите все к отношениям двоих, но это не есть отношения двоих. Для семей, как и для пар, не существует отношений двоих. Это всегда отношения двух систем. До тех пор пока я зафиксирован на отношениях двоих, решение невозможно. Никакой хороший совет, данный матери или дочери, ничего не принесет.

Приведу пример. Одна женщина, с которой я не был знаком, написала мне письмо. Она — вторая жена своего мужа, у них есть общий ребенок — дочь. Дочь не хочет иметь ничего общего со своими родителями. Она прекратила с ними всяческие контакты. Та женщина подумала, что нужно что-то исправить в отношении к первой жене мужа и его отцу. Их обоих не уважали в семье, они были исключены. Однажды вечером она зажгла свечу, поклонилась первой жене своего мужа и сказала: «Теперь я тебя уважаю». Следующим вечером она сделала то же самое в отношении отца мужа. Она зажгла свечу, глубоко поклонилась ему и сказала: «Я уважаю тебя». Спустя несколько дней ее дочь позвонила ей и сказала: «Мама, я приеду». Она приехала, была бесконечно счастлива и не могла толком выразить, как хорошо ей дома. Так все уладилось.

— *Тогда я бы хотел спросить: что значит, «отдать дань уважения», уважать кого-то? Ведь это не значит просто сказать: «Я тебя уважаю».*

— Это слишком дешево.

— *Это дешево, даже немного театрально. Что происходит, если я действительно уважаю кого-то? Что действует на самом деле?*

— *Уважать — значит признать право на принадлежность. В приведенном мной примере это значило, что женщина сказала первой жене своего мужа: «Я признаю твой приоритет, ты первая жена, а я вторая». Она сказала отцу своего мужа: «Я признаю твой приоритет. Только благодаря тебе я получила мужа. Я признаю это. Теперь я даю тебе место в моем сердце, почетное место». В этот момент они оба смогли повернуться лицом к этой женщине, доброжелательно, вся система обретает силу. Вот что действует. Просто сказать: «Я тебя уважаю» — это слишком примитивно. Это процесс преобразования, который действует в самой глубине души, делая ее полнее.*

118

— *Возможно ли в этом процессе преобразования, в уважении, которое дети должны оказывать своим родителям, проявление эмоций, таких, как, например, ненависть? Ведь такое тоже бывает. Это не исчезнет в одночасье. Есть решения, о которых вы говорите, но в этом процессе, процессе проявления эмоций, зачастую возникают агрессия, ярость, ненависть, другие чувства, которые иногда просто необходимы. Нельзя давать им волю, но с ними нужно, как минимум, считаться.*

— *Такого я не видел никогда. Это всего лишь представления. Они описаны и всячески пропагандируются, но я ни разу не наблюдал этого. Ребенок очень глубоко любит своих родителей. На эту любовь можно полностью положиться. А происходит вот что: если ребенку в раннем возрасте перекрыть доступ к матери или к отцу (например, если ребенок вынужден был долгое время лежать в больнице), то боль настолько сильна, что в конце концов она выражается в агрессии. Это просто обратная сторона пережитой потери или обратная сторона любви. Здесь важно, чтобы когда-то прерванное движение любви к матери или отцу достигло своей цели. Это очень болезненный процесс. Когда это удается, причина ненависти становится совершенно не важна. Это больше не играет никакой роли.*

— *Но вы же знаете, что по-настоящему ненавидеть можно только того, кого можно любить. Я не знаю, кого бы я мог ненавидеть больше, чем собственную жену. Наверное, я никого не мог бы и любить больше, чем ее.*

— *Такая ненависть — это чувство ребенка. Взрослые не могут ненавидеть в этом смысле. Они ненавидят, если только чувствуют себя детьми, беспомощными как дети. Поэтому мужчина не может ненавидеть свою жену как мужчину. Он переносит на нее свои детские чувства. Это совсем другое. Нельзя сводить все только к поведению.*

Самое простое решение между родителями и детьми заключается в том, чтобы ребенок признал: «Я получил от вас жизнь. Вы мои родители, и я принимаю вас сейчас такими, как есть. Вы — мои истинные родители». Тогда ребенок в ладу с собой. Он сможет принять от родителей и все остальное, что они ему предлагают.

Иногда нам в голову приходит абсурдная мысль, что мы могли бы иметь других родителей или что наши родители могли бы быть другими, чем они есть. Это приводит ребенка в полное замешательство. Он просто сходит с ума. Когда дети

119

предъявляют родителям слишком большие требования, это неуместные требования, такие требования заведомо неисполнимы для родителей. Даже если бы родители попытались их исполнить, дети не смогли бы принять от них этого, поскольку это — требования иного уровня. В этом смысле дети совершенно ничего не хотят от родителей, здесь действует совершенно иная динамика.

Возвращаясь к сказанному вами о ненависти к родителям, я хотел бы отметить еще один очень важный момент: ребенок, который ненавидит своих родителей, строго накажет себя за это впоследствии. Душа не приемлет этого. Это грубейшее нарушение порядка и типично западное представление. Например, у зулусов я никогда не видел, чтобы кто-либо пренебрежительно говорил о своих родителях. Это просто невысказано. Ведь они понимают, что значит получить от родителей жизнь.

Любовь и бытие

— *Мы уже много говорили о порядках. Это именно системы порядков, или вы соотносите их с более широкими взаимосвязями? Когда вы, например, говорите, что у души есть свой порядок и что люди должны жить, подчиняясь определенным порядкам, это напоминает очень архаичную систему, почти космологию. Это результат вашего осмысления или, сталкиваясь с проявлением этих порядков, вы снова и снова удивляетесь этому?*

— Слово «порядок» перегружено. Процесс роста каждого дерева подчиняется определенному порядку. Дерево не может его изменить. Именно потому, что дерево соглашается с заданным порядком, оно может расти. Разные деревья произрастают в разном окружении. А потому каждое дерево — другое и не существует одинаковых деревьев. Тем не менее все они подчинены единому порядку, в соответствии с которым могут развиваться.

Аналогично и с людьми. Существует, например, совсем простой порядок: у каждого человека есть мать и отец. В наши дни женщины делают вид, что могут иметь детей без мужа, без отца. Или дети делают вид, что могли родиться без отца и матери. Это ненормально. Если простые факты найдут признание, это принесет большую пользу. Простые вещи, как то: «У меня есть родители, и только они мои истинные родители;

120

если бы мои родители были другими, то я тоже был бы другим; я никогда не смогу быть в ладу с собой, если отвергаю своих родителей, поскольку, отвергая их, я отвергаю себя самого».

— *Не могли бы вы в заключение сказать, что любовь — это нечто иное, чем просто чувство, будь то любовь между партнерами или любовь между родителями и детьми, что любовь — это что-то сродни одностороннему с самим собой, проникновению в поток бытия, что нас несет?*

— Именно так. Вы прекрасно выразили это. Приверженность любви определенному порядку связана с проникновением в поток бытия. Порядок и любовь неразделимы. Но порядок имеет приоритет. Любовь служит высшему порядку. Кто подчинится этому порядку, сможет развиваться в полной мере.

— *Спасибо за интересную беседу!*

ПОРЯДКИ В СЕМЬЕ

Введение

Тот, кто знает о существовании в семье порядков любви, тот может в полной мере развиваться в своей родительской семье. Тогда он сможет в свое время отделиться от нее, создать собственную семью и взять на себя ответственность за нее. Эта глава расскажет о порядках любви в семье, а также о том, как, обладая знаниями о порядках, семья может справиться с трудными ситуациями и ударами судьбы.

Право на принадлежность

Я бы хотел кое-что сказать о семейных порядках. Семейные системы подчинены одному основополагающему закону. В чем заключается этот закон, видно по его действию. Этот закон гласит: каждый член одной семьи имеет равное право на принадлежность. Каждый, в том числе умершие. Умершие не покидают систему, они присутствуют по-особому. Если умершие были исключены из системы или забыты, а затем были приняты обратно в систему, другие члены семьи ощущают это как полноту. Если все умершие представлены в системе, живущие ощущают полноту и чувствуют себя свободными одновременно.

Кто относится к семейной системе

Я бы хотел еще раз сказать о том, кто относится к семейной системе, о тех, на кого распространяется целостность семьи. К семейной системе относятся: братья и сестры (как живые, так и умершие), родители и их братья и сестры (как живые, так и

122

умершие). К системе также относятся бабушки и дедушки и некоторые из прадедов и прабабок, последние редко. Если прабабушка умерла в родах, она всегда относится к системе. К системе также относятся все, кто уступил место в системе кому-либо из членов семьи, например, предыдущая жена дедушки или предыдущий муж бабушки.

Если я признаю их всех и каждому дал место в моем сердце, то ощущаю свою целостность и полноту. При этом я свободен от пут системы, меня не связывает ничто нерешенное. Члены семьи сопровождают меня как добрая сила, я не связан ничем скверным. Так я могу распрямиться.

Иногда человек чувствует себя связанным с кем-то, тогда он должен дать ему место в своем сердце, например, своим товарищам по несчастью, которые погибли. Подобное можно видеть на примере переживших трагедию Холокоста по отношению к тем, кто не выжил, или на примере солдат по отношению к павшим товарищам или врагам. Это можно наблюдать на примере убийц по отношению к их жертвам.

«Плохие» и «хорошие» в семье

Еще кое-что необходимо учесть. Некоторых членов семьи исключают из системы, считая их недостойными, например, игроков, алкоголиков, гомосексуалистов или преступников. Когда кого-то исключают из системы, говоря: «Я имею больше прав на принадлежность, чем он»,

система нарушена и стремится к восстановлению равновесия и восполнению. Позднее тот, кто был вычленен и исключен из системы, будет замещен одним из своих потомков, причем неосознанно. Он будет чувствовать себя как исключенный, вести себя так же, нередко заканчивая жизнь так же, как исключенный.

Здесь существует только одно решение. Нужно принять исключенного, так называемого плохого, обратно в систему и признать, что он имеет такое же право на принадлежность, как и другие. Нужно сказать ему: «Мы поступили с тобой несправедливо, нам очень жаль». И тогда видно, что именно от исключенного исходит большая и добрая сила для потомков. Он становится их покровителем.

123

В работе по методу семейной расстановки я сделал одно удивительное наблюдение: «плохие» и «хорошие» в восприятии участников системы почти всегда поменяны местами. Тот, кого считают хорошим, часто оказывается плохим, а тот, кого считают «плохим», оказывается хорошим, от него исходит добрая сила. Поэтому системную терапию можно применять, только если принять всех исключенных и плохих в свое сердце и относиться к ним с уважением. Как ни странно, именно это позволяет мне завоевать доверие всех остальных членов системы. Они инстинктивно проникаются доверием ко мне. Если же я поддерживаю гонения, говоря клиенту: «Скажи своему отцу или дяде, какой он негодяй; или скажи своему отцу, который тебя изнасиловал, что он подонок», — тогда система утрачивает доверие к терапевту. Решение можно найти только с помощью любви. Если однажды распознать эту динамику, тогда можно уже ничего не делать, кроме как работать с преимуществом любви.

Целостность

Целостность — это важное понятие в теологии, в учении о добродетели и духовности. Я выяснил о целостности нечто совершенно очевидное. Целостность начинается с простого.

Во-первых, очевидно, что тот, кто отвергает одного из своих родителей или внутренне ставит себя выше, тот не в ладу с собой. Он чувствует раскол и пустоту. Кто принимает своих родителей и воздает им должное, полагается на них и дает им место в своем сердце, тот обретает душевный покой. Как может человек быть в ладу с собой, если он отвергает своих родителей? Это же его родители.

Это основа целостности. Но этого недостаточно. Человек должен дать всем членам своей семьи или рода, в том числе умершим, исключенным или забытым, место в своем сердце. Тогда он ощущает полноту и он действительно свободен, свободен для будущего.

Целостность распространяется и на прошлое. Умершие и исключенные обретут покой, если я всем им дам место в моем сердце. Они могут покоиться с миром, потому что для каждого

124

из них есть место в моем сердце. Они покоятся с миром и все же присутствуют в моей жизни, несмотря на то, что умерли.

Принимать родителей

Ребенок может быть в ладу с собой, только если он принял своих родителей. Именно принял. Это означает принять своих родителей такими, как есть, уважать их такими, как есть, не желая и не представляя для себя ничего другого. Они самые лучшие, именно такие, какие есть. Кто смог принять своих родителей, тот в ладу с собой, он ощущает себя целым, в нем живут оба его родителя со всей их силой.

Некоторые думают, что, приняв родителей, они воспримут и их скверные черты. Такого я никогда не видел. Принявший родителей обладает всей полнотой их силы; то, что раньше пугало его в судьбе родителей (например, болезнь матери), больше не имеет значения. Этого как будто нет. Родители не могут выбирать, что дать детям; дети не могут выбирать, что взять от родителей. Дети не могут ни убавить, ни прибавить к тому, что получают от родителей, ведь дети есть суть свои родители. Кто признает это, тот в гармонии с чем-то великим.

Склониться перед родителями

Поклон перед родителями — это мое согласие с жизнью такой, какой я получил ее от них, по той цене, которую им пришлось заплатить за нее; это согласие с судьбой, какая мне предопределена. Такой поклон — это больше чем просто поклон родителям; он — согласие с собственной судьбой, со всеми ее шансами и границами.

Поклон — это и религиозное исполнение. Склонившийся в поклоне сразу становится свободным. Перед тем как поклониться, человек может сопротивляться, упрекать родителей или предъявлять им требования. Человек, который противится, должен всегда иметь в виду: он станет именно тем,

против чего он сопротивляется. Когда мать перекрывает отцу доступ к ребенку, ребенок становится таким же, как отец. Когда мы скрываем что-то от ребенка, желая уберечь его, ребенок станет делать именно то, чего мы боимся.

125

ваем что-то от ребенка, желая уберечь его, ребенок станет делать именно то, чего мы боимся.

Мир и смирение

УЧАСТНИК: Сегодня я видел, как можно примириться с умершими или мертвыми. Как можно примириться с живущими? Достаточно ли сделать это в своем сердце или нужно это делать в их присутствии?

Б. Х.: О ком идет речь?

УЧАСТНИК: О моем отце.

Б. Х.: В чем состоит конфликт?

УЧАСТНИК: У меня такое чувство, что я вмешался в определенную тему, которая касается только моих родителей. Мне не следовало этого делать. Был страшный скандал, какого не было никогда ни до, ни после. Я сегодня думал, и у меня было чувство, что я примирился с отцом.

Б. Х.: Нет, ты проиграл своего отца.

УЧАСТНИК: Но теперь я...

Б. Х.: Ты проиграл своего отца. Признай это и скажи ему мысленно: «Я проиграл тебя, я сожалею о том, что сделал, но теперь я уважаю тебя как отца». Без осознания того, что ты его проиграл, примирения не будет.

УЧАСТНИК: Я должен сказать это ему лично?

Б. Х.: Нет, больше ничего нельзя говорить. Это будет сказано в момент, когда ты признаешь, что проиграл его. Внутренне ты можешь это сделать. Так ты примиришься с самим собой. Внешне ты уже не сможешь ничего исправить. Ты же не можешь требовать от отца, чтобы он все исправил, обсуждая это с ним. Отвечать за последствия должен ты сам, хорошо?

УЧАСТНИК: Да.

Отец и ребенок

В ребенке всегда присутствует его отец. Отвергая отца, я отвергаю ребенка. Ребенок чувствует это и переживает раскол. Так полноты не достичь.

126

Жизнь больше, чем родители

Многие проблемы возникают потому, что человек воспринимает мать или отца как людей, даровавших ему жизнь. Как будто жизнь у них в руках, так сказать, как будто они, имея жизнь сами, дают ее детям. Это ложное представление. Зачастую оно препятствует отделению от родителей.

Взгляд вдаль, откуда пришла жизнь, лишает родителей силы и, с одной стороны, делает ребенка свободным, чтобы принять жизнь во всей ее полноте, такой, какой она приходит к нему через родителей. С другой стороны, это придает родителям особое достоинство, поскольку они — звенья длинной цепи поколений, живших до них. Это делает свободными как родителей, так и их детей.

Такое принятие жизни — это религиозное исполнение, которое означает поклон и принятие. Это момент отказа от любых упреков по отношению к родителям. Что бы ни было — вина или невиновность — больше не играет роли. Это глубокое исполнение возможно только с позиции глубокого уважения перед тайной жизни. Когда я упрекаю родителей, это значит, что я воспринимаю жизнь так, будто могу обращаться с ней по своему усмотрению или даже заплатить за нее, например болезнью. Без преклонения перед величием жизни терапия не поможет. Она пойдет по кругу.

Вина и надменность

Душа испытывает глубокую потребность избегать вины. Очень глубокую потребность. Многие проблемы возникают, потому что мы полагаем, что вины можно избежать. Потребность избежать вины возникает в момент, когда мы, например, вынуждены признать тот факт, что мы живем за счет других.

Стоит вспомнить о том, что наши родители сделали для нас, начиная с беременности матери, родов и заканчивая риском, который они на себя взяли. Затем многолетние забота и уход. Принять все это, понять, что это значило для тебя, нелегко. Поэтому некоторые пытаются избежать такой вины — вины в

127

смысле «быть обязанным» — и становятся жестки по отношению к своим родителям. Они предъявляют им претензии, порой ставят себя выше их. Это и есть отрицание вины.

Смотрящий прямо в лицо этой вине смотрит в глаза своим родителям и видит все, что они сделали для него. В этом величие. Если он видит за ними своих бабушку и деда, с любовью и заботой говорит: «Да, теперь я принимаю это; теперь я ребенок, теперь я внук; я принимаю все и принимаю за ту полную цену, которую заплатили вы», тогда душа становится широкой и большой, она исполнена величия и силы.

С такой силой можно выстоять и нужно передать ее дальше. Это и делают дети, сами становясь родителями. Эту силу передают собственным детям или кому-то еще. Так от вины, если ее признать, идет благословение для многих. Это одно.

Второе: мы все живем за счет других, и только так мы вообще можем жить. Но мы должны знать, что и другие живут за наш счет во многих смыслах. Мы все вовлечены в этот процесс, мы вынуждены что-то претерпевать и, в общем, ничего не можем с этим поделать. И другие тоже дают нам что-то, поскольку виноваты перед нами.

Если иметь в виду все вышесказанное, а также то, что происходит с нами: нашу включенность в игру вины и невиновности, смену «давать» и «брать», вызовы судьбы, мы сможем предаться происходящему, такому, как есть.

Бывают ситуации, когда человек совершает скверный поступок по легкомыслию и боится признаться, что это сделал именно он или что это исходило от него. Тогда другому приходится страдать за это. Если кто-то из потомков чувствует такую вину и полагает, что он в ответе за нее, это не так. Он не должен за это отвечать, да и не сможет.

Часто мы необоснованно считаем себя виновными в чем-то, но все мы существуем в контексте более сложных взаимосвязей. Здесь действуют другие силы, которые используют виновного, впрочем, не освобождая его от вины. Умершие тоже могут ощущать, что здесь действует что-то другое. Это ломает такие представления, как если бы он этого не сделал, этого бы не случилось. Нужно воспринимать действительность такой, как есть, воспринимать события такими, как были, и не тревожить их. Тогда умершие останутся наедине с собой.

128

Порядки любви

между родителями и детьми

Я бы хотел кое-что сказать о порядках любви между родителями и детьми. Ребенок получает жизнь от родителей и принимает своих родителей и жизнь от них — с любовью. Это порядок.

Что бы ни делали родители (например, не в полной мере заботились о детях, не поддерживали их; если родители запретили своим детям жениться), это вина родителей. Нести ее должны только родители. Дети не вправе в это вмешиваться.

Б. Х. (пациентке): В таких случаях необходимо сказать отцу и матери: «Я отпускаю вас». И тогда вся ответственность останется на них. Ты получила от них главное. Другие заботились о тебе, например, новый муж твоей матери и твои братья и сестры. Найди свое место среди них. Это большой подарок, что они есть. Родителей же предоставь их собственной судьбе. Так ты сможешь выразить им свое уважение и станешь свободной.

Если тебе будет хорошо — это облегчение родителям. Если тебе хорошо, если ты выздоровеешь или тебе просто станет лучше — это еще один знак твоей любви к родителям. Тогда им нет нужды испытывать угрызения совести.

Детская любовь

УЧАСТНИК: У меня проблемы с любовью. Ты даешь это понятие иначе, чем я привык. Я чувствую, что оно шире, и это привлекает меня. В то же время я настроен скептически. Может быть, я боюсь чего-то? Не знаю.

Б. Х.: Речь идет о любви ребенка, а это любовь-привязанность. Ребенок навсегда связан со своей семьей — и в горе, и в радости, с любовью. Чего бы от него ни хотели, ребенок исполняет это с любовью, даже если это стоит ему счастья и жизни. Это любовь изначальная, можно назвать ее так.

Некоторые думают, что основная потребность ребенка — быть любимым. Основная потребность ребенка — любить и показать эту любовь. Родители должны ориентироваться на это и позволить ребенку показывать свою любовь. Иногда эта лю-

9-5433

129

бовь принимает странные формы. Однажды я сказал в одной группе: «Дети бывают только хорошие». На что один из участников возразил: «Это не так, я — всегда против». Я спросил его: «А кто еще?» Он ответил: «Мой отец».

Я объяснил, что я имею в виду, говоря «любовь»? Это не просто чувство. Это сила.

Любовь и власть

Я хочу открыть вам еще одну тайну. Ребенок думает, что его любовь всесильна. Если только он будет достаточно сильно любить, это сделает другого счастливым. Если он достаточно пожертвует, это принесет другому счастье. Это сказочное представление, будто счастье другого — в его руках. Иногда родители думают так же. Они думают, что, если только достаточно любить своего ребенка, с ним все будет хорошо. За этим скрывается представление, что любовь обладает властью. Но такая любовь бессильна. Вот почему эта любовь приносит столько боли и часто скрыта, например, в грубом или плохом поведении.

Любовь и бессилие

Многие дети пытаются спасти своих родителей при помощи любви или родители хотят спасти своего сына или кого-то еще. Это невозможно. Самое болезненное чувство, которое только может испытывать человек, — это прилив любви. Когда испытываешь очень сильную любовь — это самое глубокое и в то же время самое болезненное из всех чувств. Оно всегда связано с чувством полного бессилия. Тогда исчезает забота первого плана, и нужно довериться большей силе, которую мы не знаем. Это было бы решением. Оно исполняется на более высоком уровне.

Борьба сил

В процессе борьбы разных сил никто не обращает внимания на слабых. Ценой борьбы политических сил может стать

130

благо целого народа. Оно приносится в жертву этой борьбе. Когда в браке между мужем и женой идет борьба, дети бессмысленно приносятся в жертву этой борьбе. Например, во время бракоразводных процессов.

Победа в борьбе связана с ощущением триумфа: я добился этого. Я показал ему. Там, где триумф, всегда что-то разрушено. Триумф мужа над женой равнозначен ее потере. Триумф жены над мужем равнозначен его потере. Мать, празднующая триумф над ребенком, потеряла его. Ребенок, празднующий триумф над родителями, потерял их. Это надменный и дерзкий путь.

Противоположность этому — путь смирения: увидеть и признать другого. Это отказ от триумфа и применения силы, но он действителен. Здесь действуют миротворческие и целительные силы. Другие силы становятся ведущими. Потому что глубоко в душе действует сила, которая ведет систему к примирению, взаимному признанию и уважению, — сама по себе, если довериться ей и отступить. Это я называю феноменологическим подходом. Это значит, я приобретаю видение путем отказа от «знать и хотеть». Я приобретаю влияние путем отказа от власти.

Благословение

УЧАСТНИК: Когда ты говоришь «благословение», что ты под этим подразумеваешь?

Б. Х.: Благословение — это благое пожелание. Благословение может идти только от родителей или их родителей. То есть оно может идти только от старших. Слово «благословение» имеет, конечно, и религиозное значение.

Можно посмотреть на это и так: жизнь — это то, что мы получили от родителей и после передаем своим детям. Благословение всегда означает — дать жизнь. Это действие в том же направлении. Поэтому только родители могут дать благословение. Но это не только их личное благословение. Это благословение внутри большого движения жизни, оно идет издалека и, проходя через родителей, движется дальше. Родители находятся в этом движении и передают его своим детям.

9*

131

Забота о престарелых родителях

УЧАСТНИЦА: Я забочусь о своих старых родителях таким образом, что мне нехорошо от этого.

Б. Х.: У тебя есть братья и сестры?

УЧАСТНИЦА: У меня есть младший брат.

Б. Х.: Вы должны вместе решить, как вам заботиться о своей матери, как это нужно для нее, с любовью.

Трудность в том, что ребенок, который заботится о своих родителях, чувствует себя так, будто ему пять лет. В свою очередь, родители воспринимают его так, будто он пятилетний. От такого представления необходимо избавиться. Нужно внутренне собраться с духом, посмотреть на родителей и помогать им так, как это будет правильно для них. Как правильно — решают дети.

Дети, умершие в раннем возрасте

Судьба ребенка, умершего в раннем возрасте, пугает живущих. Возможно, это происходит потому,

что живые чувствуют, что и другие стремятся последовать за умершим. И тогда ребенок становится исключенным. Необходимо, чтобы для рано умершего ребенка нашлось место в его семье, как если бы он был жив. Это значит, что другие члены семьи должны думать о нем, можно повесить в доме его портрет, так живые принимают умершего ребенка в свою жизнь.

Многие думают, что умершие уходят. Но куда они могут уйти? Хотя их больше нет, но они с нами, здесь, в определенном смысле. Если умершие, которых мы боимся, обрели свое место в памяти семьи, они начинают относиться к живущим дружелюбно. Так они, скорее, поддерживают жизнь, а не отнимают ее, как многие считают.

И все же по прошествии времени умерший ребенок должен уйти. Для самого ребенка это тем проще, чем более уважаем он был в семье. Если живущие приняли его, они должны позволить ему через некоторое время уйти, чтобы и прошлое могло стать прошлым. Если умерших предают забвению, они иногда «прикипают» к живым, обременяя их, как бы упрекая в том, что не сделано, но должно быть сделано прежде, чем они смогут уйти.

132

Живые и мертвые

Трудно недооценить власть рано умерших братьев и сестер и их влияние на систему. Это самая мощная сила вообще. Но часто живые демонстрируют необъяснимое странное превосходство над мертвыми. Они думают, что одержали победу над смертью и не признают присутствия мертвых. Об их присутствии красноречиво говорит то влияние, которое они оказывают. Не будь они с нами, мы бы не ощущали их влияния.

Иногда нам кажется, что умерших не существует, а мы есть. Но они существуют, и мы несомы ими. Внутренний процесс, необходимый для решения, состоит в том, чтобы отказаться от «превосходства пережившего» и проявить солидарность с умершими. Ключевой фразой здесь будет: «Ты умер, я проживу еще немного и тоже умру». Так исчезает превосходство. Тогда жизнь — не претензия умершим, а жизнь в связи и в гармонии с ними, близость с ними. Это придаст нам сил для жизни и исцеления.

Многие относятся к жизни так, будто у них есть нечто такое, чего нет у других. Но семьи подчиняются очень глубокому принципу порядка, который гласит: «Те, кто есть, имеют право на принадлежность. Все, кто есть, принадлежат системе, на равных», или: «Те, кто был, тоже с нами». Часто страх перед смертью не позволяет нам признать это. Предавшись этому страху, мы предаемся собственной ограниченной судьбе. Признав это, мы поймем, что мертвые доброжелательны к живым.

Смерть детей

Когда в семье несколько детей умирают один за другим или рождаются мертвые дети, родители часто расходятся. Возможно, они тайно упрекают друг друга в смерти детей. Вместо того чтобы нести это бремя вместе, они расстаются. Это очень плохо. Решение возможно, если родители посмотрят друг другу в глаза и уверят друг друга в том, что будут нести это вместе. Там, где есть место скорби, есть место любви. Неспособность предаться боли разъединяет не только родителей, но и детей. Ве-

133

личие родителей в том, чтобы ощутить, что значит иметь детей и потерять детей, оставаясь при этом вместе.

Упрек как суррогат скорби

Когда умирает ребенок, родители часто упрекают друг друга в его смерти. Это приводит к разрыву пары. Решение в том, чтобы родители сказали друг другу: «Мы будем нести это вместе». Поиск виновного, поиск причин — это стремление избежать боли и скорби. Это суррогат скорби.

Когда я работаю с такими родителями, я веду их к скорби. Какова при этом вероятность предотвращения разрыва — это другой вопрос. Но в любом случае это процесс целительный для всех.

Упрекая себя или кого-то еще, мы подменяем другое чувство. Если, например, в результате аварии по небрежности совершен наезд на ребенка, весь гнев семьи обрушивается на виновника аварии. За этим чувством скрывается мысль о том, что аварию можно было предотвратить, все могло быть иначе, что предотвратить случившееся было в чьей-то власти. Что можно было избежать гнева судьбы и не нужно отдаваться ему. Но именно это и необходимо сделать, не важно, была ли в случившемся чья-то вина (как мы считаем) или это просто произошло. Произошло то, что произошло, такова судьба. Отдавшись на волю судьбы, мы сможем предаться скорби. Ребенок и скорбь о нем тогда выходят на первый план. Этого не будет, если продолжают упреки. Если мы

будем думать о ребенке, иначе потечет поток любви. Тогда погибший ребенок может остаться с семьей в определенном смысле. В противном случае он становится исключенным.

Идеализирование как суррогат скорби

УЧАСТНИЦА: Когда ребенок умирает в раннем возрасте, часто бывает так, что он не исключается из семьи, а становится

134

ее центром, вся семья фиксируется на нем, она как будто парализована.

Б. Х.: Такая фиксация на ребенке — тоже разновидность исключения. Идеализирование — это способ исключения. Если повсюду висят портреты умерших, это тоже вид исключения. Так бывает, когда члены семьи чувствуют вину по отношению к ним.

Когда родители чувствуют свою вину по отношению к рано умершему ребенку, они пытаются избавиться от чувства вины, идеализируя его. Такое идеализирование делает скорбь невозможной.

Надменная скорбь и скорбь смиренная

Скорбь может быть надменной. Слишком длительная скорбь — надменна. Такая скорбь — желание удержать. Глубокая скорбь, напротив, хоть и болезненна, освобождает, давая дорогу новому. Такая скорбь смиренна. Одна писательница написала о смерти своей дочери: «Моя скорбь не прекратится никогда». Это надменно.

Имена умерших

Если ребенку дают имя умершего брата или сестры, последние тем самым исключаются из семьи. Ведь их лишают даже собственного имени. Это очень плохо.

УЧАСТНИК: А если ребенка называют именем погибшего дяди, это имеет такие же последствия или это просто дань памяти?

Б. Х.: Если ребенку дали имя погибшего дяди, это может иметь отрицательные последствия, например, в том случае, если умерший не был оплакан. Если он, например, почитаем как герой, значит, он не оплакан. Если же о нем действительно скорбели, можно назвать ребенка его именем. Тогда можно доверить ребенка погибшему дяде, тот будет оберегать его жизнь. Тебя назвали именем твоего дяди?

135

УЧАСТНИК: Да.

Б. Х.: Ты должен посмотреть на дядю и сказать: «Посмотри на меня и уважай мою жизнь!» Это будет хорошей динамикой.

Исключенные умершие

УЧАСТНИК: Вы различаете две смерти: естественную и раннюю или насильственную. Какое это имеет значение? Ведь каждый из нас рано или поздно умрет.

Б. Х.: Вопрос в том, исключены умершие или нет. Такое бывает часто. Часто ребенка, умершего в раннем возрасте, в семье и не упоминают никогда. Или кто-то погиб на войне, и об этом никогда не говорят. В таких случаях важно, чтобы умерший был принят обратно в семью; ведь, если умершего не уважают, кто-то в семье будет его замещать. Вот почему это важно. Плоха не смерть сама по себе, а то, что кто-то исключен.

Дети,

от которых отказались родители

Бывают ситуации, когда родители отдают детей на чужое попечение, устранившись от заботы о них. Особенно часто это случается с внебрачными детьми. Устраняются в основном отцы. Человек, устранившийся таким образом от заботы о своем ребенке, теряет свои права на него. Более того, по сути — это тяжкое преступление. Душа воспринимает это как тяжкое преступление. На душу человека это действует именно так. Но не только на его душу. Это действует и на всю его семью. Если он не признает, что совершил тяжкое преступление, возможно, кто-то другой умрет.

Если человек легкомысленно покидает свою семью — именно легкомысленно, это здесь очень важно, — например, говоря: «Я хочу состояться сам», часто в семье умирает или кончает самоубийством ребенок.

Я не имею в виду, что он виновен в смерти ребенка, это было бы совсем плохо. Это было бы слишком самонадеянно. Я

136

только наблюдаю за движениями души. Примечательно, что такие родители часто начинают заниматься оккультными науками. Они идут так называемым спиритуальным путем, бросая своих детей.

Дети, попавшие в такую ситуацию, часто находят поддержку у приемных родителей или опекунов.

В детских SOS-деревнях и других учреждениях этим детям сложно принять в подарок то, что дают им приемные родители, или опекуны, или какое-то детское учреждение. Они всегда надеются, что придут их родители и заберут их.

Целительным движением для таких детей будет, если они посмотрят на своих родителей и примут от них жизнь, которую родители им подарили. Это высшее благо. Приняв дарованную жизнь в свое сердце, ребенок отдает той жизни, здоровой жизни все сердечное пространство. Потом он может отпустить родителей из своего сердца, сказав им: «Теперь я отпускаю вас. Теперь я отказываюсь от вас навсегда». Это решающая фраза: «Навсегда». Это безумно больно. Но это целительная боль. Для ребенка это, как если бы его родители умерли. Только так ребенок сможет повернуться лицом к приемным родителям, или опекунам, или тем, кто о нем заботится. Только так он сможет развить жизнь, которую получил от родителей.

Часто бывает так, что впоследствии ребенок ищет или находит своих родителей. При этом он надеется, что их отказ от него можно «переиграть». Но, как правило, это невозможно. Такое бывает только в исключительных случаях. Ведь родители чувствуют себя виноватыми. Они, возможно, будут рассказывать ребенку, как трудно им было тогда, превращаясь при этом сами в маленьких детей и претендуя на заботу со стороны своего ребенка, как будто они — его дети. Как будто они были не взрослые люди, а он несчастный ребенок, лишенный защиты.

Отказ от ребенка равносителен аборту. Это отказ навсегда. Ребенок должен это признать. Став взрослым, он сможет это сделать, будучи ребенком — нет. Нельзя ожидать этого от ребенка. Это невозможно. Человек в состоянии признать этот факт, только если он распрощался с несбыточной надеждой. Знаменитый Данте написал комедию — «Божественную комедию». В ней говорится, что над воротами ада (или это были врата рая?) была надпись: «Оставь надежду, всяк сюда входящий! Она несбыточна».

137

Искушение

УЧАСТНИК: Как ты понял, что мать считает себя виновной в смерти? Основываясь на том, что она отказалась от ребенка? Это мне не совсем понятно.

Б. Х.: Ее сына звали так же, как и ребенка, от которого она отказалась. Душа не прощает отказа от детей. И система не прощает. Возникает потребность в искуплении. Другой сын, получивший имя первого, ушел сам так же, как и первый ребенок. У меня возник следующий образ: он сделал это вместо своей матери. Решающим стал ее взгляд в небо. Это был сигнал, на который я ориентировался в тот момент.

Семейные тайны

УЧАСТНИЦА: Ранее прозвучали слова «семейные тайны». Я была бы рада, если бы вы сказали несколько слов об этом.

Б. Х.: О семейных тайнах?

УЧАСТНИЦА: Да, как тут нужно себя вести?

Б. Х.: Существуют семейные тайны, которые необходимо хранить. Дети не должны о них знать. Все, что касается интимных отношений родителей или их вины, детей не касается. Дети не вправе расследовать, что натворили их родители. Да и к чему это? Если они что-то и обнаружат, что они скажут родителям? Что они скажут? Может, они спросят родителей: «Что это вы тут натворили?» Тогда они встанут на позицию взрослых, как будто они имеют на это право. Такие тайны терапевт охраняет от детей. Иначе нельзя.

Но есть и такие семейные тайны, которые нужно открыть. Например, если речь идет о членах семьи, которые не были уважаемы или не были признаны, были преданы забвению, например, рано умершие братья и сестры. Ребенок вправе и должен об этом знать. Когда такие тайны раскрываются, это оказывает целительное действие.

Во время семейных расстановок первый вопрос, который задает терапевт: «Кого не хватает? Кто еще должен здесь быть?» В процессе расстановки заместителей членов одной семьи часто видишь, что кого-то не хватает. Если, например, все смотрят в одном направлении, значит, кого-то не хватает. Тогда необ-

138

ходимо выяснить, кого именно. Если поставить этого человека перед остальными, система приходит в состояние покоя.

Инвалиды в семье Ребенок-инвалид

Если в семье рождается ребенок-инвалид, это нередко имеет для семьи те же последствия, что и в случае ранней смерти ребенка. Родители расходятся, отдаляются друг от друга, потому что втайне

каждый из них винит в инвалидности ребенка себя или партнера, как будто они виноваты в этом. Решением здесь будет, если родители посмотрят друг другу в глаза и скажут: «Это наш ребенок, мы будем заботиться о нем вместе; мы, его родители, вместе будем заботиться о нем так, как надо». Так родители смогут сблизиться и поддерживать друг друга, ухаживая за ребенком-инвалидом, давая друг другу силы. Это первый шаг.

Брат (или сестра)-инвалид

На братьев и сестер ребенка-инвалида его инвалидность оказывает глубокое влияние, потому что здоровые дети «не осмеливаются» принять свое здоровье и свою жизнь в полной мере. Втайне они чувствуют себя виноватыми перед ребенком-инвалидом, потому что у того есть некий недостаток, а у здорового — некое преимущество. Они стремятся это уравновесить. Это — процесс, аналогичный обычным человеческим взаимоотношениям. Если один что-то получает, он стремится уравновесить полученное. Как один из основных принципов он переносится и на подобные ситуации, но действует по-особому. Здоровый ребенок чувствует себя тем лучше, чем хуже ему на самом деле, поскольку таким образом он удовлетворяет свое стремление к уравниванию.

Решение этому находится на более высоком уровне. Здоровый ребенок должен сказать инвалиду: «Ты инвалид, а я здоров. Я принимаю свое здоровье таким, каким я его получил, и уважаю это как дар. Но и ты можешь приобщиться к нему. Когда я нужен тебе, я всегда рядом». Так здоровый ребенок может пользоваться своим преимуществом, давая одновремен-

139

но больному возможность тоже пользоваться им. Это уравнивание на другом уровне. Вот о чем здесь идет речь.

УЧАСТНИЦА: Мне кажется, что вы рассматриваете наличие ребенка-инвалида в семье так же, как смерть или удар судьбы. Верно ли мое впечатление, или вы рассматриваете инвалидность в связи с другими событиями?

Б. Х.: Впечатление верно. Я рассматриваю это почти так же, но не совсем так. Здесь речь идет о том, что при наличии связки «потеря — выигрыш» или «преимущество — недостаток» у «выигравшего» возникает чувство вины.

Если в семье ребенок-инвалид, другие братья и сестры, как правило, не осмеливаются принять свою жизнь и судьбу в полной мере. Они пытаются уравновесить «потерю» путем всевозможных самоограничений. Но если вдуматься, этим они только еще более обременяют больного ребенка, потому что тот становится как бы виноватым в том, что им приходится себя ограничивать.

Решение здесь таково: здоровый ребенок должен сказать своему брату (сестре): «Я склоняюсь перед тобой и твоей судьбой, которая выпала на твою долю. И я склоняюсь перед своей судьбой. Я уважаю твою судьбу и уважаю свою. Я принимаю свою жизнь такой, какой она дана мне; я оставляю тебе твою жизнь такой, какой она дана тебе. Но для тебя я навсегда твой брат (сестра). Ты можешь рассчитывать на меня, когда я тебе нужен». Тогда ребенок-инвалид свободен и может развиваться в полной мере.

Здоровый ребенок тоже сможет развиваться в полной мере рядом со своим братом (сестрой). Он будет развиваться, так сказать, в связи со своим братом (сестрой) и сможет черпать силы из этой связи. Тогда больной ребенок как бы участвует в здоровой жизни брата (сестры), в его добрых делах.

Контерганные⁶ дети

УЧАСТНИК: В случае с контерганными детьми, когда ребенок-инвалид рождается у матери, которая во время беременно-

⁶ «Контерган» — торговое название для медицинского препарата талидомид (Thalidomid). Снотворное и успокоительное лекарственное средство. Прием препарата беременными женщинами приводит к тяжелым уродствам эмбриона. При ежедневном приеме в течение длительного времени могут возникнуть тяжелые, частично необратимые поражения нервной системы плода.

140

сти принимала медикаменты, с упреками дело обстоит сложнее. Применимо ли все, что вы говорили вообще об инвалидах, к таким случаям?

Б. Х.: Если мать знала, к чему может привести прием «Кон-тергана», и, несмотря на это, продолжала принимать его, упрек обоснован. Если она этого не знала — тогда другое дело. Тогда это судьба. Все должны принять это как судьбу. Больной ребенок говорит: «Я принимаю свою жизнь, даже полученную такой ценой». А родители могут сказать ребенку: «Мы дали тебе жизнь, и

ты можешь ее принять даже такой ценой». Это принесет мир в семью.

Инвалидность партнера

УЧАСТНИК: Каковы последствия, если инвалидность проявляется во время партнерства?

Б. Х.: Это зависит от того, случилось ли это в начале брака или об этом становится известно позднее. Если, например, выясняется, что один из партнеров не может иметь детей, а другой хочет иметь детей, тогда бесплодный партнер не имеет права удерживать другого. Он должен дать ему свободу.

Если инвалидность возникает, например, в результате автомобильной аварии, тогда здоровый партнер должен заверить другого: «Я останусь с тобой». В этом сила. Это одно из условий договора: мы останемся вместе, в том числе в трудные времена. Это правильно.

Если травма настолько серьезна, что супружеские отношения становятся невозможными, партнеры могут расстаться. Один такой пример я видел. Муж упал с лошади и получил настолько серьезную травму головы, что был вынужден постоянно находиться в больнице и был недееспособен. Я посоветовал жене, чтобы она сказала мужу: «Я очень любила тебя, я уважаю тебя, и ты навсегда останешься отцом наших детей, но я считаю наш брак окончанным и обращусь к новому партнеру». Она так и сделала. Несмотря на то что муж едва ли был в своем уме, в этот момент он засиял. Это было правильным для него, что его жена не удерживает его больше, потому что продолжение брака невозможно. Ситуации бывают разные. Нужно подумать, что будет правильным в конкретной ситуации.

141

Инвалидность родителей

УЧАСТНИК: Каковы последствия для детей, если один из родителей стал инвалидом?

Б. Х.: Семьи всегда проживают судьбу одного из своих членов вместе с ним. Это правильно. Иногда встречаются и отрицательные примеры. Муж, получивший ранение в голову, возвращается с войны, он помутился рассудком. Жена отвергает его, пытаясь избавиться от него. Последствия для детей будут ужасными. Они остаются верны отцу и, возможно, начнут позднее подражать его поведению.

Нужно принять это. Если принять и согласиться, это уже не будет казаться таким уж страшным. Тогда многое можно решить.

УЧАСТНИК: Моя мать лишилась ноги, когда мне было 14. Как вести себя детям в таких случаях?

Б. Х.: Связать маме или бабушке чулок. Это чудесный образ.

Сила, которую может дать инвалидность

Часто бывает так, что общество и окружение сочувствуют родителям ребенка-инвалида, как будто им достался несчастливый жребий. Если посмотреть на семью, которая воспитывает больного ребенка, то видишь, какие силы высвобождаются в такой семье: любовь, милосердие, дисциплина. Тогда понимаешь, какое особое значение для семьи имеет больной ребенок. Это сродни тому, как болезнь для больного, который принял ее, она часто имеет особый смысл. Семья с больным ребенком излучает свет на все окружение. Многие ложные представления о счастье и жизни меркнут, давая место глубокому уважению жизни такой, как есть: со всеми ее границами и ограничениями.

Б. Х. {клиентке}: Так и ты можешь посмотреть на свою болезнь и с уважением принять заботу, которую ты получаешь от других. Очень важно воспринимать заботу других как дар. Эта благодарность будет компенсацией для других, признанием того, что они делают для тебя. Тогда им легче будет справляться с этим. Но если ты начнешь требовать, они не смогут делать этого от сердца. Это было бы плохо. Это может быть важным не только для тебя, но и для тех, кто ухаживает за тобой.

142

Изначальный порядок

Если изначально порядок не соблюдается (например, очередность детей по возрасту), это ведет к беспорядку, иногда к шизофрении. Когда впоследствии ребенок занимает подобающее ему место, он чувствует себя хорошо. Он не станет чувствовать себя меньшим, если он ранее занимал более высокое место, он почувствует себя правильно. Его старшие братья и сестры на своих местах не станут чувствовать себя большими, но все же они имеют преимущество в рамках системы.

Когда вместо виновных бьют слабых

УЧАСТНИК: Я только хотел спросить, как это вы так сразу сказали: «Кого колотил отец: ребенка или жену?» — как это вы сразу определили? По образу или как?

Б. Х.: Я думаю, что еще старина Фрейд говорил: что если отец колотит ребенка, часто он хочет

поколотить жену. Или: когда жена хочет поколотить мужа, она колотит ребенка. Такое бывает часто.

Это описал Рихард Вагнер в своей «Песни о Нибелунгах». Вотан ссорится со своей женой Эрикой, и Эрика из мести убивает его сына, а Вотан из мести убивает того, кто убил сына. Они мстят друг другу, так сказать, «на других».

Потом он взбешен своей дочерью Брунгильдой. Это проще. Вместо того, чтобы расsvирепеть на жену, он злится на дочь. Эта динамика великолепно описана в «Кольце Нибелунгов».

Когда отец готов заботиться о детях после развода

УЧАСТНИЦА: Как это понимать, когда ты говоришь: «Ребенок однозначно должен уйти к отцу». Но как быть, если ребенок годами борется за то, чтобы уйти к отцу, а отец не хочет этого. При этом ребенок не хочет больше оставаться с матерью.

143

Б. Х.: Я могу открыть тебе секрет, как сделать так, чтобы отец принял своего сына. Открыть? Когда мать его уважает. *УЧАСТНИЦА:* Уважает отца? *Б. Х.:* Да. Когда она в своем сыне или дочери уважает его отца.

Уважать родителей

Уважения не бывает достаточно. Сколько свободы имеет человек, уважающий своих родителей! Как это примитивно — смотреть на столь глубокие связи с точки зрения моральных суждений. Как это несправедливо по отношению к действительности.

Уважать или покоряться

УЧАСТНИЦА: А как обстоит дело с уважением и покорностью? Где кончается одно и начинается другое? Какая между ними связь и как с этим обходиться?

Б. Х.: Рак, а также ожирение часто возникают потому, что женщина отказывается поклониться своей матери. Тогда она шествует с «высоко поднятой головой». В этом случае уважение и покорность — одно и то же. Покорность с любовью — вот что такое уважение.

Покорность часто воспринимается так: от меня требуют чего-то, и, дав это, я лишусь достоинства. В конечном счете речь идет о том, чтобы согласиться с судьбой — такой, как есть. Наша судьба во многом predeterminedена нашими родителями. Наши родители делают нас тем, что мы есть, они дают нам то, чего нам не хватает. Родители открывают нам путь, при этом устанавливая границы в виде себя самих, своей судьбы, происхождения и т. д. Если мы покоримся этому с любовью, в знак согласия с судьбой такой, как есть, со всеми вытекающими последствиями, это разновидность покорности. И можно сказать, это самоотверженность. Это совсем другое слово. От такой самоотверженности идет величие. Кто так уважает своих родителей, тот сможет встать рядом с ними и наравне, он станет свободным. На практике — это процесс, диаметрально про-

144

тивоположный тому, как происходит именно то, чего мы опасались, когда покорялись.

ДРУГАЯ УЧАСТНИЦА: У меня дополнительный вопрос: действительно ли то же самое для мужчины? Он должен поклониться своему отцу?

Б. Х.: Самый важный поклон всегда перед матерью.

УЧАСТНИЦА: И для мужчины?

Б. Х.: И для мужчины. Уважать мать — это самое трудное и самое великое. Конечно, ребенок обязательно должен склониться и перед отцом. Но главный поклон, самый нужный — это поклон перед собственной матерью.

Порядок и любовь

УЧАСТНИЦА: В моей семье было не слишком много порядка и не слишком много любви. Но в любом случае порядок был важнее.

ДРУГАЯ УЧАСТНИЦА: В моей теперешней семье любовь важнее, но мы позволяем себе очень много беспорядка или каждый день новый порядок.

Б. Х.: Когда я говорю о порядках, я имею в виду не правила или законы, а воспринимаемую действительность. Это порядки, которые мы не можем выбирать. Они действуют сами по себе.

Любовь — это часть порядка. Некоторые полагают, что с помощью любви можно преодолеть порядки. Это невозможно. Чтобы развиваться, любовь должна присоединиться к порядку. Порядки, о которых идет речь, не подвержены произволу.

Эти порядки таинственны. Они не поддаются строгому управлению, их можно видеть, наблюдая за их действием. Они действуют всегда по-разному, всегда по-новому.

Любовь и жизнь

Когда родители уходят, или хотят уйти, или разрывают связи судеб, они все равно хотят, чтобы их

детям жилось хорошо. Мы могли здесь это видеть. Когда дети вмешиваются в- это и 10-5433

145

хотят взять что-то на себя вместо родителей, это плохо для родителей. Детям все равно не удастся удержать родителей, но они могут получить их благословение.

В Библии есть известное изречение: «Любовь так же сильна, как смерть». Но есть и еще более сильная любовь. Изречение могло бы звучать иначе: «Любовь так же сильна, как жизнь». Эта любовь сильнее, но и тяжелее.

Ранняя смерть отца или матери

Ребенок нуждается в своих родителях, чтобы жить. Если отец или мать умирает рано, для них должно остаться место в семье. Можно, например, повесить портрет отца или матери, даже если переживший супруг вступает в новый брак. Первый муж или первая жена остается отцом или матерью ребенка и должен занять свое почетное место, чтобы ребенок мог выразить умершему родителю свою любовь. Живущий родитель или новая жена (муж) должны привести ребенка к умершему и доверить ему ребенка. Тогда расставание не так тяжело. Смерть родителя — это для ребенка всегда тяжелая судьба. Тогда действуют целительные силы. Можно сказать ребенку, что умерший присутствует в его жизни и присматривает за ним. Ребенок почувствует это сразу, и ему будет легче справиться с этим.

Лев

УЧАСТНИЦА: Вы только что говорили, что, если система отягощена, например, система отца, тогда дети должны перейти в область влияния другого родителя. А как быть, если системы обоих родителей отягощены, куда должны уйти дети?

Б. Х.: В таких случаях детям часто приходится быть самостоятельными.

УЧАСТНИЦА: А в каком возрасте они должны это сделать? Ведь не всегда это возможно.

Б. Х.: В каждом конкретном случае можно найти решение, ведь существуют не только родители, но и их родители и дяди и тети.

146

Недавно терапевт, которая работает преимущественно с младенцами и маленькими детьми, рассказала мне о ребенке, родители которого собирались развестись. Ребенок вел себя очень необычно. Она попросила ребенка расставить при помощи плюшевых игрушек его семью. Он поставил мать и отца очень далеко друг от друга, а себя (игрушку-зайчика) поставил в середине между ними. Но были еще и другие звери, и терапевт спросила, что с ними делать? Он ответил: «Этого я поставлю к маме, а этого — к папе». «И что это значит?» — «Это, около мамы, — ее рано умершая сестра, а это, около папы, — его рано умерший отец».

Но еще остался лев. Терапевт спросила: «Кто этот лев?» — «Это мой дядя, я пойду к нему». Это был дядя, который и взял ребенка и сейчас заботится о нем.

Как уважать умерших родителей

УЧАСТНИК: Как уважать умерших родителей? Возможен ли жест «я уважаю тебя» у могилы?

Б. Х.: Каждый из нас — суть его родители. Он носит их в себе. Наивысшее почитание родителей, когда мы уважаем их внутри себя. Если уважать родителей внутри себя, будешь в ладу с собой. Тогда не нужен разряжающий удар. Тогда ты в ладу с собой.

Можно сделать так: ребенок, родители которого умерли, говорит: «Дорогой папа (дорогая мама), ты продолжаешь жить во мне, и я буду жить так, чтобы ты этому радовался (радовалась)». Это и есть уважение. На ребенка это действует целительно и благотворно. А умершие родители могут упокоиться с миром.

Травмы

Апелляция к травме зачастую служит оправданием злобе. Травмированный присваивает себе право упрекать других. От этого хуже становится всем. Травмированному можно никого не благодарить за то, что он получил, например, ребенок мо-

10*

147

жет не благодарить родителей. Трудно отказаться от чувства триумфа, которое дает травма. А успех, напротив, отказывается от любого триумфа.

Часто травмированный выражает свою боль упреком. Но это не настоящая боль. Большая боль не знает упреков. Такая боль исцеляет. А другая боль используется как оружие и ранит всех.

Надменность

Б. Х.: Сын, который вступает в противоборство с отцом, жестоко накажет себя за это. Если

младший в системе осмеливается восстать против старшего, вступая с ним в противоборство, как будто имеет на это право, — это неслыханная дерзость. Высокомерие — основа всех трагедий.

Боль расставания

Судьба не внемлет слезам, пролитым из сострадания к себе. Скорбь — иное дело. При расставании или утрате, в случае смерти мужа, ребенка или родителей мы ощущаем боль утраты, боль расставания. Кто предастся этой боли, сможет «переболеть» утрату и расставание. Боль поможет преодолеть расставание, если ей отдаться в полной мере. Такая боль очень глубока и очень горька. Она горит. Когда испытываешь такую боль, кажется, что ей конца не будет. Но опыт показывает, что если ей отдаться в полной мере, то увидишь, что расставание скоро будет позади.

Для тех, кто видит только себя, себя жалеет, боль нескончаема. Но эта боль поверхностна и может длиться всю жизнь. Такие люди не способны двигаться вперед, к чему-то новому. Тот же, кто познал боль утраты в полной мере, способен начать заново. Для него жизнь продолжается.

Боль также будет бесконечной по отношению к тому, на кого мы злимся. Если злишься на человека, которого потерял, в боли утраты присутствует злоба.

148

Прощание

Когда кто-то упрекает себя в смерти близкого, произнося: «Если бы я был внимательнее, этого не произошло бы», или чувствует себя виноватым, потому что выжил, а другие погибли, тот не может познать судьбы с ее огромной силой и не сможет соответственно скорбеть. Или если он упрекает виновников и негодует, внутренне говоря: «Все могло бы быть иначе, если бы не он или не это». Но при этом мы упускаем, что судьба действует иначе. Она действует также посредством соучастников. Судьба использует их. В этом смысле все, что происходит с нами, уместно для нас. Иначе не может быть и не могло быть. Нужно следовать своей судьбе в плохом или в хорошем с тем же самообладанием. Только так пережившие смогут проститься с умершими и стать свободными, чтобы жить дальше.

Порядок в созвучии

Я давно перестал размышлять о порядках. Они показываются сами, в их исполнении, шаг за шагом. Порядком я называю, когда вещи обретают свой порядок в созвучии с чем-то несущим. Что такое порядок, это не совсем очевидно, мы можем уловить его только приблизительно.

ЧТО В СЕМЬЯХ

ПРИВОДИТ К БОЛЕЗНИ

И ЧТО ИСЦЕЛЯЕТ

Введение

Понимание того, что в семьях приводит к болезням и что исцеляет, пришло ко мне из семейных расстановок. Я понял, что многие болезни связаны с нерешенными проблемами в семье, а также с переплетениями в судьбах некоторых членов семьи. В настоящей главе содержатся важные указания и примеры по данной теме.

Любовь, которая ведет к болезни, и целительная любовь

Тяжелые болезни, такие как, например, рак, связаны с переплетениями внутри семьи, отражающими неосознанное участие одних членов семьи в судьбах других, живших до них. Т. е. существуют так называемые семейные переплетения. Когда в семье рано умирает мать, дети испытывают внутреннее стремление последовать за ней в смерть. Это выражение очень глубокой, сокровенной любви. Такая любовь связывает ребенка с судьбой матери.

Стремление последовать за матерью иногда только ощущается ребенком, не вызывая никаких определенных действий с его стороны. Но ребенок может заболеть и позднее, уже став взрослым. Смертельно опасные заболевания часто связаны с этой любовью. Болезнь становится, так сказать, средством выражения любви. Аналогичное применимо и к несчастным случаям и самоубийствам. Зависимости также могут быть связаны с этим процессом.

150

Когда ребенок, рано потерявший мать, сам создает семью и заводит собственных детей, его дети могут замечать, что мать или отец стремится уйти, пытаясь последовать за своей матерью. Тогда ребенок говорит: «Я сделаю это вместо тебя». Это оже переплетение судеб, выражение глубокой любви, которая ачастую выливается в тяжелое заболевание (например рак), несчастные случаи или самоубийство.

Существует и другая динамика, ведущая к болезни, — наличие вины. Если абортирован ребенок

или ребенок отдан другим людям, родители часто испытывают стремление разделить его судьбу, последовать за ним. В таком случае за этим стоит представление об искуплении вины. За этим кроются как любовь, так и искупление. Это также может привести к тяжелым заболеваниям, несчастным случаям и самоубийству.

Все эти движения имеют нечто общее. Они «не видят» другого человека. Выражаемая здесь любовь слепа. Ребенок, потерявший мать и стремящийся последовать за ней, не смотрит ей в глаза. Он слепо повинуется своему стремлению. Если же ребенок посмотрит матери в глаза и попробует сказать ей про себя: «Я последую за тобой, в смерть», он почувствует, что не может этого сделать, поскольку поймет, что любовь матери к нему и его любовь — это одна и та же любовь. Тогда любовь уже не сможет выражаться в болезни. Она найдет другой способ выражения уважения к матери. Ребенок может, например, сказать матери: «Мне тебя очень не хватало. Мне едва удалось жить без тебя. Но теперь я смотрю на тебя и принимаю мою жизнь за ту цену, которую ты за нее заплатила. Из этого я сделаю что-то хорошее. Радуйся, глядя на меня». Так несчастье матери сможет стать источником силы и полной жизни ребенка, полноценной жизни. Это иной образ уважения матери, нежели смерть ребенка.

На этом примере я показал в общих чертах способ ослабить силу переплетений судьбы, ведущих к болезни, который, возможно, поможет изменить судьбу к лучшему. Таким образом, влияние судьбы, ведущее к болезни, может быть обращено к целительному, хорошему конечному результату. Метод, при помощи которого этого можно достичь успешнее всего, — это метод семейной расстановки.

Но это не лекарство, которое может полностью излечить болезнь. Наивно было бы так полагать. Больному телу нужно что-то еще, например врач.

151

Не всегда нужно бороться с болезнью любыми способами. За этим стоит странное представление о том, что жизнь и здоровье — это высшие ценности, которые нужно сохранить любой ценой. Я нахожу такое представление очень странным. Ведь жизнь никак не может быть высшей ценностью, поскольку она возникает из небытия и снова погружается в небытие. То, откуда является жизнь, больше самой жизни, намного больше. Жизнь — это всегда нечто проходящее и короткое по сравнению с тем, откуда она пришла. Жизнь черпает полноту движения и силу как из движения возникновения, так и из движения погружения в небытие. Так достигается созвучие с чем-то большим, чем жизнь, и это имеет значение. Пребывающий в созвучии воспринимает жизнь и смерть, здоровье и болезнь как равноценные, каждое событие в его значении. Созвучие позволяет человеку нести и исполнить как одно, так другое, и при этом расти.

Я разоблачил представление о том, что здоровье есть высшая ценность в маленьком стихотворении, оно называется «Два рода счастья».

История «Два рода счастья»

Счастье, искомое собственным «Я», Может внезапно покинуть тебя. Но, уходя, заставляет расти нас.

Счастье, живущее в нашей душе, Если приходит, то с нами уже Вместе растет.

Мой опыт показывает мне, что существуют три основные динамики, ведущие к болезням, несчастным случаям и самоубийствам в семьях.

Первая динамика проявляется в том, что человек говорит: «Я последую за тобой». Когда ребенок рано теряет отца или мать, он подвержен стремлению разделить их судьбу, последовать за ними в смерть. Он говорит: «Я последую за тобой в смерть».

Недавно в журнале «Шпигель» я прочитал одну историю. Был такой знаменитый гонщик по имени Кемпбелл. Он ставил рекорды скорости в езде на гоночной машине по соленому

152

озеру. Позднее он стал ездить на гоночных лодках. Однажды его лодка поднялась в воздух и перевернулась, гонщик погиб. Впоследствии его дочь начала заниматься гонками. В один прекрасный день ее лодка тоже поднялась в воздух и перевернулась, но она осталась жива. Кто-то спросил ее, о чем она думала в тот момент, когда лодка перевернулась. Она ответила: «У меня была только одна мысль: «Папа, я иду!» Это динамика: я последую за тобой.

Когда такой ребенок становится взрослым и у него самого рождаются дети, они замечают, что их мать или отец стремится последовать за кем-то в смерть. Тогда ребенок говорит: «Лучше я, чем ты. Я сделаю это вместо тебя». Это вторая динамика, ведущая в семьях к болезням, несчастным случаям и самоубийствам.

Третья динамика — это искупление вины. Либо искупление личной вины, либо искупление чужой

вины вместо другого, например родителей. В случае искупления вины действует представление, что собственным страданием можно предотвратить чужое; либо что страдание или собственная смерть может стать платой, компенсацией за что-то. Это магическое представление. Желающий искупить вину не смотрит на то, что совершил (или что совершил тот, чью вину он искупает). Искупающий вину, например мать, отдавшая своего ребенка, который впоследствии умер, втайне жаждет искупления смертью или самоубийством. Но она сможет сделать это только в том случае, если не смотрит на ребенка. Если бы она посмотрела на ребенка, представила бы себе, что смотрит ребенку в глаза и говорит: «Я убью себя во искупление», она не смогла бы этого произнести. Такое можно произнести, только если закрыть глаза и отказаться от связи с ребенком. Если же связь с тем, кому причинили зло, существует, если действительно смотреть ему в глаза, произнести такое невозможно. Компенсация должна произойти на другом, более высоком уровне.

Я перейду на этот уровень, если признаю, что я виноват или что получил некое преимущество, оплаченное за счет других. Тогда я смогу направить силу своей вины на что-то целительное, хорошее, полезное для всех. Это принесет и примирение с тем, кто «оплатил» мою вину.

Говоря о психосоматике, многие в первую очередь заостряют внимание на болезни. Но я не обращаю внимание на бо-

153

лезнь и на то, поправится человек или нет. Я работаю с системой. Я смотрю, действуют ли внутри системы силы, которые ведут к болезни. Их я выявляю. Или, если выразиться еще грубее, я смотрю, есть ли такие члены семьи, которые ведут семью к болезни, поскольку им отказано в уважении. Их необходимо вернуть в семью. Будучи принятыми обратно в семью, они оказывают на других членов семьи целительное действие. Что при этом произойдет с болезнью, для меня не столь важно. Я работаю только в системной области.

Я хотел бы еще раз остановиться на сказанном мной об основных динамиках возникновения болезней в семье, несчастных случаях и самоубийствах, но несколько иным образом.

Первая динамика «Я последую за тобой» связана с любовью и привязанностью. Изначально сложившаяся группа ощущает себя в качестве единого сообщества, связанного общей судьбой, где каждый отвечает за другого. Если один член сообщества уходит, другой зачастую стремится последовать за ним. Ребенок хочет уйти, когда уходит один из родителей, брат или сестра. Это действие любви в ее архаичном проявлении. При этом динамика такова, что стремящийся уйти не может посмотреть в глаза ушедшему. Сделай он это, он не смог бы сказать ушедшему: «Я последую за тобой». Ведь посмотри он в этот момент в глаза ушедшему, то увидел бы, что тот не хочет этого. Оба любят друг друга.

Недавно я делал расстановку для одной женщины, отец которой был контужен во время войны, и это ему впоследствии очень мешало. Я попросил отца лечь на пол, а женщину — рядом с ним. Затем я попросил женщину посмотреть на своего отца и сказать ему: «Я лягу рядом с тобой и возьму это на себя». Для нее эта фраза была само собой разумеющейся. Но когда она посмотрела отцу в глаза, она не смогла ее произнести. А отец сказал ей: «Это моя судьба, и я буду нести ее один. Ты свободна». Это может стать решением в случае динамики «Я последую за тобой».

Когда один из родителей поддается динамике «Я последую за тобой в смерть», ребенок говорит: «Лучше я, чем ты. Я сделаю это вместо тебя». Это второй вариант динамики. Если ребенок скажет такое матери в глаза, мать сразу почувствует себя большой и скажет: «Нет!» И тогда ребенок не сможет больше произнести эту фразу.

В другом случае, с которым я работал, решение было проще. Я поставил в расстановку сестру-близнеца матери, за кото-

154

рой та хотела уйти. Тогда мать не смогла сказать: «Я последую за тобой», а ее собственной дочери уже было не нужно говорить: «Лучше я, чем ты».

Итак, мы рассмотрели две важные динамики, которые часто скрываются за тяжелыми заболеваниями. Если их выявить и разрешить, появятся целительные силы, которые зачастую оказывают свое целительное влияние и на болезнь.

Третья динамика — это искупление, искупление во многих смыслах. Первый из них — это искупление собственной вины. Такая динамика проявляется у женщин, сделавших аборт, а также у отцов abortированных детей и приводит к тому, что они подвергают себя неким ограничениям или заболевают.

Недавно я делал расстановку семьи для мужчины, больного раком. В ходе расстановки выяснилось, что этот мужчина состоял в связи с женщиной, которая ждала от него ребенка, но

сделала аборт. Я ввел в расстановку эту женщину и абортированного ребенка. Женщина была очень взволнована, а мужчина нет. Но у его дочери возникло сильное волнение. Она выражала ту боль, которую должен был чувствовать ее отец. Я попросил отца сказать дочери: «Это моя ответственность, и я несу ее, а ты — всего лишь мой ребенок». Когда он это произнес, его самого захватили боль и скорбь, поскольку теперь не стало того, кто ранее перенимал их у него. Он взял их на себя, и дочь стала свободной.

Искушение также может быть причиной тяжелого заболевания, несчастного случая или самоубийства. Искупление — это скрытая форма любви. При этом душа любит иначе, чем мы думаем. У нас часто есть оправдание для поступков, последствия которых страшны. Именно в случае аборт люди всегда находят те или иные оправдания. И они всегда вполне убедительны. Но душа остается глуха к оправданиям. Вот в чем дело. Вопрос ведь в том, достигли ли наши аргументы души? Только если они достигают души, это может что-то изменить.

Решением в такой ситуации будет следующее: мать и отец должны посмотреть на абортированного ребенка, принять его как своего ребенка и сказать ему: «Я — твоя мать, я — твой отец». Ведь это неоспоримый факт. Если они осознают, что они мать и отец и это их ребенок, тогда ситуация воспринимается с иной степенью серьезности. Мать и отец почувствуют страшную боль, и они смогут сказать ребенку: «Я принадлежу тебе как твой отец, как твоя мать. Ты уступил место, я при-

155

маю это как подарок и уважаю это». Это — уважение по отношению к ребенку. Такие слова душа услышит, и они подействуют на нее целительным образом.

В случае с искуплением происходит то же, что и в случае с другими динамиками. Искушающий вину не может смотреть в глаза тому, перед кем он хочет искупить эту вину. Но если он посмотрит ему в глаза и скажет: «Я убью себя, потому что причинил тебе боль», для другого это будет ужасно. Предположим, что один человек, управляя автомобилем, по легкомыслию насмерть задавил другого человека, но сам не пострадал при этом. Если он захочет сказать: «Раз я задавил тебя насмерть, я убью себя», — то не сможет этого сделать, глядя в глаза убитому. Ведь тогда он поймет, что для жертвы это будет еще большим грузом, ведь, убив себя, убийца сделает жертву ответственной и за собственную смерть. Так не годится. Но он может сказать: «Это моя вина — вина, искупить которую невозможно. Но из моей вины я буду черпать силы, чтобы сделать что-то хорошее в память о тебе». Такое душа услышит. Этим нельзя искупить вину, но что-то хорошее придет в движение. Это решение в случае личной вины.

Я приведу другой пример вины, в котором вина не признается или отрицается. Когда человек не уважает своих родителей, он платит за это неуважение болезнью или смертью. Это иногда проявляется у больных раком, которые внутренне говорят своим матерям: «Лучше я умру, чем стану уважать тебя». Такие клиенты очень упрямы. Они стоят с высоко поднятой головой и не могут преодолеть себя и поклониться своим родителям, сказать им: «Я воздаю тебе честь». Болезнь — это расплата за отказ уважать родителей. Очень трудно смягчить сердце такого клиента, чтобы он смог с уважением склониться перед своими родителями. Иногда приходится признать, что болезнь — заслуженная кара.

Подобную динамику можно наблюдать и у людей, страдающих ожорством. Вместо того чтобы дать место в своем сердце тому, кого они не признают или отвергают, они наполняют себя едой, и это ведет к ожирению и к болезни. Они дают им место не в сердце, а в жире, так сказать.

Большинство наиболее значимых трудностей и болезни в семье обусловлены любовью, попытками с любовью спасти другого или установить с ним связь. Болезнь и смерть — часто

156

лишь способы выражения любви. Если признать это, можно иначе взглянуть на трудности и болезни, с глубоким сочувствием и пониманием.

Странно то, что речь при этом идет о любви ребенка, который, в сущности, еще мало что понимает в жизни. А потому так важно показать ребенку, как можно любить иначе, лучше. Как он с помощью любви, которая привела его к болезни, сможет стать здоровым, насколько лучше станет всей семье от этой любви по сравнению с той, которая приводит к затруднениям.

Пути к новым ориентирам

Грань между движениями «я последую за тобой» и «лучше я, чем ты» часто размыта. В результате никакой разницы нет. Такие движения иногда идут сквозь многие поколения: три, четыре, а иногда пять поколений членов одной семьи могут следовать им.

Нужно иметь в виду, что душа совершенно не воспринимает такие движения как скверные.

Поэтому важно, чтобы и терапевт не воспринимал их как таковые в том смысле, что они требуют вмешательства и их необходимо непременно остановить. Терапевт не может их остановить, но может показать новые ориентиры для нахождения пути назад во имя памяти умерших. Для мертвых лучше, если живые будут продолжать жить, чем если они умрут слишком рано, до времени.

Психотерапия и медицина

Когда говорят о психосоматических заболеваниях, существует опасность впасть в крайность, считая, что болезнь можно излечить одними только психотерапевтическими средствами. Что можно использовать психотерапию как лекарство. Принимаешь его и чувствуешь себя хорошо. Это опасное заблуждение. Это широко распространенное мнение среди некоторых терапевтов, оно приводит к пренебрежению традиционной медициной.

157

О психиатрах говорят, что они просто пичкают пациентов медикаментами и больше ничего для них не могут сделать. Это неправда. Большое количество медикаментов поможет, если все медикаменты назначены правильно. Во многих случаях психотерапия возможна, только если пациент принимает лекарства, назначенные психиатром. Психотерапия призвана оказать помощь врачу, а не заменить его. Ведь болезни могут быть вызваны (и, как правило, вызваны) чисто физическими причинами.

С другой стороны, в ходе расстановок семей можно убедиться, что особенно тяжелым хроническим заболеваниям и психозам подвержены люди, в семьях которых встречаются тяжелые судьбы. То есть между тяжелыми заболеваниями, семейными переплетениями и тяжелыми судьбами существует связь. Если удастся восстановить в семье порядок, который принесет спокойствие и примирение, это оказывает смягчающее, поддерживающее или даже целительное действие, в том числе на болезнь, но только в совокупности с другими средствами, прежде всего медицинскими. Поэтому я ратую за тесное и плодотворное сотрудничество психотерапии и медицины.

Часто больному говорят, что его болезнь вызвана духовными причинами. Больные легко воспринимают это как порицание: им будто бы говорят: «Если бы ты только захотел, все могло бы быть по-другому». Но это не так. Ведь переплетения, которые за этим стоят, не осознаются больным. Побуждение, которое толкает человека на саморазрушающее поведение, не осознается им. Его можно изменить только тогда, когда выявлено переплетение, стоящее за этим.

Иногда болезнь целительна для души человека. Тогда нельзя пытаться немедленно устранить болезнь, прежде чем человек не переболеет ею, а болезнь, как ни парадоксально это звучит, не окажет на человека своего целительного действия. Только тогда болезнь может отступить.

Болезнь и порядок

Болезнь иногда может быть сигналом чего-то такого, что больной не хочет признать. Например, какого-то лица, вины, границы, своей души, пути, который ему предстоит пройти.

158

Болезнь провоцирует некий поворот. В таком случае терапевт должен «заключить союз» с причиной и целью болезни, например, с исключенным человеком, отрицаемой виной, телом, которым пренебрегают, покинутой душой, даром и шансом, которые открывают болезнь.

Если привести это в порядок, больному станет легче жить. Или легче умереть, когда придет время.

Болезнь

как процесс исцеления души

Для больных раком речь часто идет о том, чтобы понять всю серьезность ситуации. Серьезность здесь заключается в том, что рак — смертельно опасное заболевание и больному приходится посмотреть смерти в лицо. Часто больными владеет желание побороть рак. Но это иллюзия, это невозможно.

Болезни чаще всего воспринимаются нами как нечто плохое, от чего хочется избавиться. Но болезнь — это еще и целительный процесс, прежде всего для души. Болезнь нельзя просто «взять и выбросить». Если больной внутренне соглашается с болезнью, часто можно наблюдать, что это согласие послужит на благо высших сил, и болезнь отступит. Она исполнила свою задачу. Но ее присутствие было необходимо, не нужно пытаться просто вышвырнуть ее вон. Тогда она, может быть, отступит сама.

Рак

Недавно главный врач одной клиники психосоматических заболеваний рассказал мне, что у его коллеги, с которым он знаком более двадцати лет, обнаружили опухоль мозга. Я спросил его: «Как

он себя чувствует?» Врач ответил мне: «Он счастлив». Странно, да? Работая с больными раком, я часто замечал, что внешне они борются с болезнью, но внутренне стремятся к тому, чтобы умереть. Это говорит о том, что больные раком не воспринимают болезнь и смерть как что-то плохое. Это то, к

159

чему они внутренне стремятся. Я, конечно, попытался разобраться, почему так происходит.

При помощи метода, с которым я преимущественно работаю, такие скрытые взаимосвязи можно выявить. Метод называется: метод семейной расстановки. И я хотел бы пояснить, что это значит. Клиент выбирает из группы заместителей для наиболее важных членов своей семьи. Это может быть его собственная семья (муж, жена, дети) или семья его родителей (мать, отец, сам клиент, его братья и сестры).

Если клиент, собравшись, но не преследуя при этом определенной цели, расставит заместителей по отношению друг к ДРУГУ, он будет ошеломлен тем, что выявится в ходе расстановки. Удивительно то, что заместители чувствуют то же, что и люди, которых они замещают, несмотря на то, что сами не имеют о них никакого представления. У них могут проявляться симптомы реальных людей, может внезапно измениться голос, став похожим на голос оригинала. В ходе семейной расстановки выявляется нечто скрытое, что раньше не было известно.

Я не могу объяснить этот процесс. В процессе расстановки возникает некое поле, и не только сам клиент, но и заместители (совершенно чужие ему люди) находятся под влиянием поля и становятся участниками некоего знания, которое содержится в поле и которое посредством поля выявляется. Так происходит семейная расстановка. Иногда я сокращаю этот процесс. Например, одна клиентка (больная раком) сказала: «Я больна и борюсь с этим». Тогда я предложил ей: «Мы расставим только двоих: заместительницу тебя и заместителя рака». Она так и сделала. Заместители стояли друг напротив друга. Внезапно они оба обнаружили глубокую любовь друг к другу. Заместительницу клиентки неотвратимо тянуло к заместителю рака, и они крепко обнялись.

С точки зрения нашего обыденного восприятия болезни это кажется странным. Я спросил ту клиентку: «Когда ты смотришь на это, кого ты видишь на месте заместителя рака?» Она ответила: «Моего отца». Ее отец рано умер. Итак, в процессе расстановки стало очевидным, что она стремилась найти путь к отцу и соединиться с ним в смерти. Смысл и цель болезни заключались в том, чтобы она могла соединиться с отцом. Другие терапевты и медицина едва ли смогут помочь этой клиентке, прежде чем будет выявлено ее глубокое стремление, только тогда возможен поиск решения.

160

Итак, динамика в данном случае могла быть такой, что клиентка внутренне говорила своему отцу: «Я последую за тобой в смерть. Я так тоскую по тебе, что лучше умру, чем буду жить дальше». Это выражение безумно глубокой любви. Ни рак, ни смерть эту клиентку не пугают.

Вы спросите: «Как же помочь такому больному? Как лишить эту динамику силы, чтобы клиентка смогла открыться для психотерапевтического и прежде всего медицинского воздействия?» В рамках той же расстановки я прошу клиентку встать напротив отца, посмотреть ему прямо в глаза и сказать: «Я так сильно люблю тебя, что хочу умереть, чтобы соединиться с тобой». При этом она должна смотреть ему прямо в глаза. Если она это сделает, действительно посмотрит ему в глаза и скажет: «Я хочу умереть — из любви к тебе», она увидит, что отцу больно такое слышать. Потому что родители хотят, чтобы их дети, получив от них в подарок жизнь, жили столько, сколько им отпущено. Тогда клиентка должна, если она любит отца, любить его иначе. Например, она может, глядя ему в глаза, сказать: «Я буду хранить то, что ты подарил мне, так долго, как смогу. Только когда придет мое время, я последую за тобой. Пожалуйста, благослови меня на жизнь». Тогда любовь, которая привела к болезни, созреет и станет средством для поддержания жизни.

Но в этой связи мне известна и иная динамика. Предположим, что отец матери этой клиентки рано умер, и ее мать ощущает глубокую потребность последовать за ним. Ребенок видит, что его мать втайне хочет умереть и говорит ей: «Мама, я сделаю это вместо тебя. Я умру, чтобы ты могла жить». Такая динамика характерна не только для рака. Она имеет место и в иных случаях тяжелых заболеваний, склонности к самоубийству, при повторяющихся несчастных случаях.

Вернемся к первому примеру. Врач, у которого была опухоль мозга, принимал участие в моем курсе еще до учебы в медицинском. В ходе курса выяснилось, что он склонен к самоубийству. Тогда я спросил его, что произошло в его семье? Он вспомнил, что когда ему было три года, он сказал своему деду по отцовской линии: «Дедушка, когда же ты, наконец, умрешь и освободишь место?» Может ли трехлетний ребенок сам до такого додуматься и сказать такое? Нет. Эта фраза

виталя в семье и в его окружении и раньше. Она нашла свое выражение в устах ребенка, который не мог противостоять этому. Он

11-5433

161

высказал это со всеми последствиями, чувством вины и последующим искуплением, которые с этим связаны. Тогда мы стали выяснять, что же произошло в семье еще раньше.

Другой дед, отец матери клиента, был зубным врачом. У него начался роман с его ассистенткой. В это же время его жена тяжело заболела и умерла. Что же можно предположить: у мужа роман с другой женщиной, его жена тяжело заболевает. О чем же он думает? «Когда же ты, наконец, умрешь, и освободишь место?» Возможно, он ни разу не высказывал эту мысль, не хотел этого, но сама мысль полностью соответствовала ситуации. Это, конечно, отвергалось и отрицалось, но фраза эта нашла свое выражение через его внука.

Еще одна деталь напоследок. После того как жена умерла, старший сын того деда увел у него ассистентку и сам завел с ней роман. Вы смеетесь, а я вам скажу: «Вот это любовь!» Сын уважал свою мать и не позволил своему отцу извлечь выгоду из ее смерти.

Тогда мы смогли найти решение для внука. Он обучился медицине, женился, родил детей и был счастлив. Но теперь он заболел раком, и по его реакции видно, что он все еще участвует в семейном переплетении.

Я хочу в этой связи указать вам на одну тайну, объяснив ее одновременно. Здоровый человек чувствует себя хорошо. Если при этом его совесть спокойна, он тоже чувствует себя хорошо и живет в мире со своим окружением. Здоровье означает, что мы в ладу со своим телом и своим окружением, то же относится и к спокойной совести. Прежде всего это означает: я имею право на принадлежность к своей семье.

Неспокойная совесть, которую мы противопоставляем совести спокойной, сама по себе не является таковой, мы лишь ощущаем ее как таковую. Неспокойная совесть понуждает нас (ведь мы чувствуем себя беспокойно) изменить наше поведение таким образом, чтобы иметь право быть членом своей семьи. Аналогичное применимо и к болезни. Когда человек заболевает, он в силу своей боли и страдания готов на все, только бы снова стать здоровым. Боль заставляет его позаботиться о своем здоровье. В этом смысле здоровье и болезнь соотносятся так же, как спокойная и беспокойная совесть.

На приведенном мной примере мы видим, что врач болен, но совесть его спокойна. Иначе он не был бы так счастлив. Мы видим, что в своем счастье он связан с кем-то глубокой любо-

162

вью, с кем-то из его семьи, кто уже умер, возможно, с рано умершей бабушкой. Это выражение сердечной любви, которая ощущается как спокойная совесть.

Спокойная совесть в данном случае является одной из причин болезни и поддерживает болезнь. А если бы он боролся с болезнью, делая все, чтобы снова стать здоровым, он уже не в такой степени чувствовал себя связанным со своей бабушкой, как в случае болезни. Это значит, что здоровье ассоциировалось бы у него с ощущением беспокойной совести. Тогда ему пришлось бы преодолеть границы совести, чтобы снова стать здоровым. Это требует громадного личного развития.

Я привел здесь краткий обзор, с тем чтобы вы, работая с больными людьми или сами столкнувшись с болезнью, принимали во внимание описанные динамики и смогли внести более полный вклад в нахождение хорошего решения.

Истощение и булимия

Если людям, страдающим истощением, становится лучше, они часто начинают страдать булимией. Это значит, они начинают есть, но выталкивают пищу обратно. Это внутреннее противостояние между «уйти» и «остаться». Когда от истощения еще не совсем удалось избавиться, они едят. Это значит, что они внутренне говорят: «Я останусь». Затем они снова выталкивают пищу, и это значит: «Я уйду». Решением здесь будет, если ребенок, желая снова вытолкнуть пищу, скажет отцу: «Я остаюсь», и продолжит есть.

При булимии (прием пищи с последующей рвотой) действуют различные динамики. Булимия возникает, например, если мать говорит детям: «Все, что идет от отца, — негодно, вы можете брать только от меня». Тогда ребенок принимает только от матери, но из уважения к отцу снова выталкивает пищу. Это одна динамика. Такую булимию можно вылечить, если ребенок сможет брать у обоих родителей, в первую очередь у отца.

Часто бывает так, что истощение переходит в булимию. Это другая динамика. Истощение означает:

«Я хочу умереть». Есть — значит: «Я хочу жить». Когда больной булимией ест, он говорит: «Я хочу жить». Когда у него начинается рвота, он говорит: «Я

163

хочу умереть». В таком случае рвота — это продолжение истощения. Решением в таком случае будет, если больной скажет: «Я останусь». Вот так просто. И родители говорят, например, отец говорит: «Я остаюсь».

Питание и посты

Есть означает: «Я остаюсь». Поститься означает: «Я ухожу». Многие едят больше, чем необходимо, потому что боятся, что должны уйти. Когда они едят больше, чем необходимо, они мысленно говорят: «Я остаюсь». Тогда они, возможно, смогут есть столько, сколько нужно.

Иногда неумеренность в еде — это подмена процесса «брать» по отношению к кому-либо, например, к отвергаемой матери, умершему брату или сестре, которые преданы в семье забвению. Если человек примет в свое сердце отвергаемого или забытого родственника, потребность в чрезмерном поглощении пищи отпадает.

Одержимость едой (обжорство)

УЧАСТНИЦА- Я бы хотела кое-что сказать об обжорстве, которым я раньше страдала. Я бы хотела поделиться этим с присутствующими женщинами, страдающими тем же. В одной книге я прочитала, что в таких случаях помогает, если представляешь себе, что сидишь на коленях у отца, а он тебя кормит. Мой отец никогда этого не делал, и я подумала, что очень хочу иметь такого отца, у которого могу посидеть на коленях, а он будет кормить меня. Я так и сделала, и это мне помогло. Я больше не страдаю обжорством.

Когда я говорю это другим обжорам в группах самопомощи, они отвечают мне, что это невозможно, потому что кто стал обжорой, тот останется им навсегда. Но я уже много лет не подвержена этому недугу. Для меня это больше не проблема. Это было прекрасно, что я получила такой совет: «Представь себе, что ты сидишь у папы на коленях за ужином, все собрались за столом, и отец кормит тебя».

164

Аллергия

У меня есть гипотеза о системных причинах аллергии. Я думаю, что аллергия во многом связана с прерванным движением, с ранним прерванным движением к матери, преимущественно к матери, иногда к отцу.

Астма

Б. Х. (клиенту): Верность матери — причина астмы.

КЛИЕНТ: Но, может быть, это от отца, я точно не знаю.

Б. Х.: Это идет от матери. Твоя верность — это верность матери, но решение придет от отца.

УЧАСТНИК: Астма для девочек и для мальчиков — это одно и то же?

Б. Х.: То, что я сказал, не есть общее правило. Это было сказано в отношении конкретной системы. Астма — часто следствие прерванного движения. Больные астмой часто не могут сделать выдох. Они не могут двигаться по направлению к кому-то. Тогда я смотрю: к кому направлено это прерванное движение.

Клиенту: Твое прерванное движение было, совершенно очевидно, к отцу.

Депрессия

Б. Х.: Депрессиям, как правило, подвержен тот, для кого один из родителей является исключенным. Нет места для одного из родителей. В данном случае исключенной является мать, так как она больна. Ребенок заботится о матери вместо того, чтобы принять ее. В его сердце нет места действенной силы матери. Депрессия — это всегда пустота, а не скорбь. Это пустота. Это пустое место, которое не занято. В нашем случае оно было занято матерью.

Клиентке: Тебе понятно, как лечится депрессия?

КЛИЕНТКА: Если я знаю, где мое место.

165

Б. Х.: Ты должна принять мать в свое сердце и с матерью, в душе повернуться к своему мужу и

своим детям. Это решение. Мать заполнит пустоту. Прими ее такой, как есть, с ее болезнью, в качестве целого.

КЛИЕНТКА: Спасибо.

Б. Х.: Слегка наклони голову. Да. Скажи ей: «Я принимаю тебя как свою мать».

КЛИЕНТКА: Я принимаю тебя как свою мать.

Б. Х.: «Ты — та, кто мне нужен».

КЛИЕНТКА: Ты — та, кто мне нужен.

Б. Х.: «Только ты».

КЛИЕНТКА: Только ты.

Б. Х.: «Ты самая лучшая».

КЛИЕНТКА: Ты самая лучшая.

Б. Х.: Как это было для тебя?

КЛИЕНТКА: Принесло облегчение.

Б. Х.: Именно. Вот это и есть лечение депрессии. Тот из родителей, который является для тебя исключенным, должен найти место в твоём сердце. Если один из родителей болен, если у матери такие большие проблемы, ребенок боится брать от нее, считая, что получит болезни и проблемы. Но родители — это только мужчина и женщина, которые передают *то*, что идет издалека. Они просто передают это. То, что идет от родителей, переходит к детям. Если дети принимают это целиком, то, как ни странно, и мой опыт говорит об этом, то, чего они боятся, останется за дверью.

Другое дело — наследственные заболевания. В этом случае дети принимают от родителей — и трудности в том числе. Тогда болезнь — это плата за жизнь. Тогда они должны согласиться и с жизнью самой, и с платой за нее. Но часто бывает так, что, когда принимаешь родителей полностью, получаешь некую силу, а остальное остается за дверью. Отцом или матерью становятся независимо от того, хорош человек или плох, здоров он или болен. Родителями становятся потому, что связывают себя партнерством для самого главного исполнения. Так двое становятся матерью и отцом. Это не имеет ничего общего с болезнью. Это исполнение жизни. Для того, кто так воспринимает своих родителей, все может кончиться только хорошо. Принятие смиренно. При этом нужно слегка склонить голову.

Клиентке: Склони голову немного ниже. Да. Вот так.

166

Семейная динамика при психозах

В последние годы я достиг более полного понимания семейных динамик, ведущих к психозам, и проверил его в процессе специально проведенного курса, посвященного психозам. Мною применялись два основных подхода.

Семейная расстановка

Первым методом была семейная расстановка, в которой я имею более чем двадцатилетний опыт. В семейной расстановке наиболее значимые члены семьи клиента представлены заместителями. При помощи заместителей как прошлое, так и настоящее семьи выражены в одном времени, свое выражение находят судьбы как живущих, так и умерших членов семьи. Еще до того, как терапевт расспрашивает заместителей об их ощущениях, по начальной картине расстановки можно увидеть взаимосвязи, которые раньше не осознавались клиентом. Если, например, один из заместителей смотрит на пол, можно предположить, что он смотрит на умершего. Если все участники расстановки смотрят в одном направлении, это указывает на то, что кто-то из членов этой семьи исключен или забыт. На основании первоначальной картины, путем перестановок и дополнений можно найти решение для семьи, при котором каждый из ее членов почувствует себя хорошо. Дополнительно к найденной картине решения терапевт может посредством ритуалов или разрешающих фраз углубить решение или дать ему дополнительную поддержку. К таким ритуалам относятся глубокие поклоны (которые часто были необходимы во время настоящего курса), отступление назад и поворот в другую сторону, что дает возможность оставить прошлое или

какое-то бремя позади себя. Поворот в другую сторону возможен, как правило, только если члены семьи с трудными судьбами примирятся с ними, отдавшись им на волю. Или члены семьи, виновные в чем-либо, признают свою вину и примут на себя ее последствия.

Движения души

Второй способ я называю движением души. Я часто наблюдал, что заместители (если они предельно собраны) внезапно

167

поддаются движению, которым не могут управлять. Это возможно в том случае, если терапевт достаточно долго не вмешивается, доверившись глубоким силам, действующим в душе. В некоторых расстановках терапевту ничего не нужно говорить, так как движения души заместителей выявляют нечто скрытое, что ведет в итоге к решению, которое не мог предвидеть ни один из участников. Внимание к движениям души и к «довериться движению души» со временем развилось у меня в процессе работы по методу семейной расстановки. За счет этого метод семейной расстановки был значительно углублен и уплотнен. Оба метода: семейная расстановка и движения души — дополняют и обуславливают друг друга.

Работа с движениями души требует высокой степени собранности и внимания, отказа от привычных представлений, отказа от руководства извне, готовности руководствоваться тем, что выявляется в данный момент, и доверия неизведанному. Это значит, что от терапевта и от заместителей требуется еще более высокая степень сдержанности, чем при семейной расстановке, иначе ход расстановки может быть безвозвратно нарушен. Ответственность заместителей по отношению к клиенту здесь значительно выше, чем при семейной расстановке.

Заместители должны оставить за спиной опыт и воспоминания о прежних расстановках и отказаться от любого толкования того, что они ощущают. Если происходящее в расстановке задевает их самих, они должны показывать и выражать только то, что против воли стремится к выражению как существенное. Часто заместитель слишком рано чувствует легкое возбуждение или движение чувств, порой уже тогда, когда он только выбран для участия в расстановке. Заместитель не должен поддаваться такому движению сразу. Он должен подождать до тех пор, пока для него станет просто невозможным противостоять импульсу. Только тогда он должен ему поддаться.

Я понимаю, что такой подход может поначалу многих ввести в заблуждение. Ведь он дает почву для неверного толкования. Не сам по себе метод, но толкование и выводы, которые напрашиваются при виде того, что выявляют движения души. Выводы необходимо постоянно проверять по воздействию, которое они оказывают. Поэтому выводы, сделанные мной на основании выявленных движений для конкретного случая, должны восприниматься только как некий образ, наиболее глубокие пласты которого все-таки остаются полными тайн. То, что

168

проявляется, возможно, допускает и иное толкование. Тем не менее тот, кого увиденное побуждает к иному толкованию, должен проверить его воздействие на участниках расстановки.

Любовь

В работе с больными психозом в первую очередь выявлялись их верность и любовь к семье и их готовность взять на себя последствия тяжелых судеб и тяжкой вины предыдущих поколений. Поскольку эта любовь охватывает всех, в том числе непримиримых противников в семье, например, преступников и жертв, то их любовь к одному члену системы неизбежно вступает в конфликт с любовью к другим. Это одна из причин сумасшествия.

Решение

Чтобы избавиться от такого смятения, необходимо перейти на другой, более высокий уровень. Это уровень, на котором возможно примирение непримиримого. Даже на уровне нашей повседневной жизни мы сталкиваемся с неразрешимыми противоречиями. Самое глубокое противоречие заключается для меня в противоборстве влияния на человека совести осознаваемой (личной) и неосознаваемой совести (родовой). Поскольку наша личная совесть помогает нам определить, кто имеет право на принадлежность, а кто нет. Личная совесть обеспечивает право на принадлежность членам семьи, которые ведут себя в соответствии с принятыми в семье критериями, от чего их совесть остается спокойной. С другой стороны, личная совесть лишает права на принадлежность тех членов семьи, которые не соответствуют семейным критериям, а потому их совесть беспокойна. В то же время родовая совесть запрещает исключение из семьи любого из ее членов. Лишая члена нашей семьи права на принадлежность, мы не виновны с точки зрения личной совести, но родовая совесть рассматривает это как вину.

Такая вина не вызывает ощущения беспокойной совести. Но под давлением родовой совести мы начинаем вести себя

169

таким образом, что попытка остаться невиновным приводит к краху. Такие противоречия лежат в основе всех трагедий, как семейных, так и литературных. Сюжет трагедии вводит стороннего наблюдателя в заблуждение, поскольку герой трагедии ведет себя безумно и слепо. Разрешение трагического переплетения возможно, только если в силу понимания действия неосознаваемой (родовой) совести будет признан ее приоритет перед личной (осознаваемой) совестью. Это означает, что нужно пожертвовать ощущением невиновности, которое дает нам личная совесть, в пользу родовой совести. Таким образом, тот, кто под давлением личной совести был исключен, будет принят обратно в семью, а тот, кто под давлением личной совести считал себя лучше других, подчинится более высокому порядку, в рамках которого его невиновность окажется наивной и бессильной.

Но способностью к отграничению обладает и родовая совесть. Она отграничивает только родившихся от более старших в том случае, если младшие превозносятся над старшими. Например, в случае, если младшие пытаются изменить судьбу старших либо искупить их вину. Об это и разбивается любовь пациентов, страдающих психозом. Родовая совесть не дает им с помощью этой любви добиться желаемого. Это часть их страдания.

И здесь решение возможно только на ином уровне, выше уровня обоих видов совести. На такой уровень нас выводят движения души. На этом уровне все — плохие и хорошие, преступники и жертвы, молодые и старики — ведомы Большой Душой. Большая Душа всех обращает на службу высших целей, независимо от их личных заслуг, личной вины и всего остального, что допускает личная или родовая совесть и чего она от нас требует. На этом уровне каждый из нас, несмотря на связь со всеми остальными, одинок. Эта гармония с общей Большой Душой позволяет каждому предоставить другому своей судьбе. Каждый должен принять и прожить свою собственную судьбу, не отягощенную привычными человеческими мерками.

Еще кое-что необходимо учитывать. Большая Душа включает в себя в равной степени как умерших, так и живущих. Это значит, что принять свою судьбу и согласиться с ней должны не только живущие, но и умершие. Если живущие оставляют умершим их судьбу, вину, их сопротивление смерти, тогда умершие уже не смогут цепляться за живых, как это видно на примере

170

пациентов, больных психозом. Освобождение живущих от давления умерших возможно, если живые уважают мертвых и они вместе преклонятся перед чем-то большим, чему и те, и другие

подчинены.

Я готов признать, что это довольно смелые, рискованные высказывания. Но если такие высказывания помогут найти решения для пациентов, страдающих психозом (и не только для них, но и для нас), риск не кажется мне слишком большим.

Прерванное движение

Ранее прерванное движение — это основа неврозов. Это смелое утверждение. В момент раннего прерывания движения к матери ребенок испытывает страх и озлобляется. Эта злость — обратная сторона любви. Если бы ребенок не любил, то он не смог бы злиться. Ребенок озлобляется, потому что очень нужд. дается в матери и любит ее. Когда после прерывания движения мать снова тянется к ребенку, он отворачивается, потому что зол на нее. Движение так и остается прерванным и не приходит к цели.

Впоследствии человек, у которого в раннем возрасте было прервано движение к отцу или к матери, пытаясь строить отношения с другими людьми — особенно с партнером, на физическом уровне вспоминает боль раннего прерывания. Вместо того чтобы пойти навстречу, он начинает движение по кругу. С того места, откуда он мог бы двигаться вперед, он сворачивает вправо или влево и приходит в ту же точку. Там им снова овладевает страх, он снова сворачивает и приходит в ту же точку. Такое движение по кругу характерно для невротического поведения.

Решением для неврозов подобной природы будет доведение прерванного движения до первоначальной цели. Для маленьких детей это могут сделать сами родители, если они знают об этом. Им нужно удерживать ребенка с любовью до того момента, когда ребенок прекратит сопротивление и успокоится. Взрослые могут сделать это в рамках терапии, если найдут терапевта, который это понимает и может это сделать. Некоторым удается сделать это самостоятельно, если они смогут мысленно вернуться в тот момент их детства, когда было прервано

171

движение к отцу или матери, пойти к нему (к ней), пока он не найдет успокоения у них на руках.

Что приводит к неврозам

В момент прерывания движения может возникнуть чувство смятения или ярость. Дойдя до момента прерывания, человек не осмеливается идти дальше и начинает движение по кругу, приходя все время в одну и ту же точку. Это невроз. Невроз — это движение по кругу.

Решением будет движение по направлению к цели — от момента прерывания до тех пор, пока человек не придет к ней (чаще всего к матери), а не борьба с неврозом. Иначе терапевт и клиент в своей работе тоже будут двигаться по кругу. Наиболее простым решением будет помочь внутреннему ребенку клиента прийти от момента прерванного движения к его отцу или матери. Тогда проблема невроза решена.

Смерть во время родов

Б. Х.: В семьях существует широко распространенная фантазия, что если женщина умирает в родах, то в этом виноват мужчина, который не смог сдержаться. Смерть женщины воспринимается как убийство, за которое другой должен умереть или искупить вину. На протяжении поколений в семье наблюдаются несчастные случаи или самоубийства, преимущественно среди мужчин. Но в ходе расстановки можно увидеть, что женщина вовсе не упрекает своего мужа. Она полна сознанием своего достоинства и осознания того, что согласилась с риском, связанным с исполнением любви, согласилась с последствиями, которые претерпевает. Если это признать, то смерть в родах больше не внушает страха потомкам. Тогда они смогут склониться перед умершей

женщиной и получить от нее силу.

Клиентке: Как ты сейчас. Хорошим упражнением для тебя будет, если ты прислонишься к ней спиной. Можешь представить, какая сила пойдет от нее?

172

КЛИЕНТКА: Я ведь не знала ее. Но я много думала о ней, хотя и не знала ее.

Б. Х.: Это хорошо. Думай о ней, думай о том, как она радуется, когда у тебя все хорошо, и как она будет рада, если ты останешься. Согласна?

КЛИЕНТКА: Да.

УЧАСТНИК. Я сегодня наблюдал, что в случае смерти матери в родах выживший ребенок испытывает сильное чувство вины. Так сложилось, что мужчина рассматривается обществом как убийца, а как с выжившим ребенком?

Б. Х.: Выжившему ребенку очень тяжело. Такому ребенку поможет, если он сможет принять свою жизнь по той цене, которую пришлось заплатить его матери. Но эта цена столь высока, что не многие отваживаются принять жизнь за эту цену. Терапевт, который встанет на сторону ребенка, может помочь ему в этом. Это одно.

Дети часто стремятся последовать за матерью в смерть посредством болезни или мыслей о самоубийстве. Тогда я прошу ребенка представить себе, что почувствует мать, если ребенок умрет, потому что хочет последовать за ней. Что чувствовала бы мать, если бы узнала это? Тогда ребенок понимает, что цена, уплаченная матерью за его жизнь, оказалась бы напрасной. Но если ребенок принимает свою жизнь, оплаченную столь высокой ценой, он неудержимо стремится к уравниванию. Причем вместо того, чтобы искать равновесия в плохом, он пытается сделать из своей жизни нечто большее. Это ему удастся с помощью силы, которая исходит от светлой памяти матери. В таком случае мать сможет примириться со своей смертью. Во всяком случае, можно представить себе такое, поскольку она видит, что ребенок делает что-то хорошее из той жизни, которую она ему подарила. Так мать участвует в жизни своего ребенка, она причастна к тому хорошему, что он делает.

Магическая любовь и любовь знающая

В процессе расстановки можно увидеть, чему служит или может послужить болезнь и какие силы целительны для семьи.

173

В процессе исцеления происходит переход от архаичного уровня мыслей и чувствований на «знающий» уровень. На архаичном уровне ребенок живет в соответствии с девизом «Любовь — это значит: я буду таким же, как ты» или «Я сделаю это для тебя». Магический уровень также означает: «Просто страдать — достаточно. Делать ничего не нужно. Только страдание и смерть могут принести другим спасение и освобождение». Судьбе будто платят злом за зло в надежде, что из этого получится что-то хорошее. Это магическое мышление.

Для решения необходима та же любовь, но это знающая любовь. Она выходит за рамки магического. Все члены семьи находятся в поле ее зрения. Такая любовь означает: «Каждый может остаться, каждый имеет право на принадлежность» и «Все может быть хорошо, если и старших, и умерших уважают».

УЧАСТНИК: У меня еще несколько вопросов. Вы говорите, что ребенок умирает вместо матери.

Он умирает, будучи ребенком или будучи взрослым? Ведь для родителей он навсегда останется ребенком. Когда я слышу, что умирает ребенок, я представляю себе восьми- или десятилетнего ребенка или младенца. Или он умирает, будучи взрослым?

Б. Х.: Да, это щекотливый вопрос. И важный вопрос. Еще Фрейд говорил о том, что неосознанное существует вне времени. Ребенок умирает ребенком, даже будучи взрослым. Для ребенка в каждом из нас, для неосознанного в каждом из нас умершие не умерли. Поэтому иногда ребенку хочется спасти своего отца от смерти, даже если он уже давно умер. У людей, страдающих истощением, можно наблюдать такую динамику. Шестнадцатилетний, отец которого умер, когда ему было три года, мысленно говорит отцу: «Лучше исчезну я, чем ты, дорогой папа». Ребенок в нем живет вне времени, для него отец и после смерти продолжает жить.

Уважение границ

В семьях встречается динамика, когда один несет что-то вместо другого. Когда он освобождается от этого, часто кто-то другой из членов семьи берет это на себя. Но если первый

174

освободился от этого хорошим способом, он не сможет просто помочь другому сделать то же самое. Он должен довериться тому, что и другому будет даровано то же понимание, что ему самому. Решение для себя нужно принять смиренно. Некоторые ждут и надеются, что и к другому придет что-то хорошее. Сдержанность может дать другому больше, чем вмешательство.

Вообще по опыту я знаю: если я непременно хочу кому-то помочь и помощь приносит мне облегчение, это ослабляет другого и препятствует решению. Если я противостояю стремлению помочь (которое принесло бы мне облегчение), если я остаюсь сдержанным, что стоит мне немалых сил, эти силы идут на благо другому. Такая сдержанность обладает целительным действием. Ведь эта сдержанность обращена к нему, она полна любви и силы.

Один мужчина однажды рассказал мне, что его беспокоит сын, которому до сих пор не удалось построить отношения с женщиной. Я попросил его представить себе в душе: озабоченность отца прибавит сыну сил и мужества для отношений с женщиной или убавит? Тогда он понял, насколько мешала его забота сыну, насколько она ослабляла его.

Привязанность

Дети привязаны к родителям посредством глубочайшей любви. Они всецело отдаются тому, что идет от родителей и чего те требуют от детей. Если ребенку кажется, что родителям станет лучше, когда он уйдет, то он уходит — с любовью. И если выясняется, что родители хотят искупить какую-то вину — что бы это ни было — ребенок с удовольствием возьмет ее на себя, даже если это будет ему стоить жизни.

Часто родители (да и просто люди) думают, что вольны распоряжаться своей жизнью. Они думают, что их счастье в их руках, они вольны поступать так или иначе. Или женщина думает, что ее дочь принадлежит ей одной, что она рожала ее только для себя и может оставить себе. Или, расставаясь с мужчиной, женщина говорит: «Это для меня правильное решение, я делаю это для себя, потому что не могу больше терпеть», и думает, что мужчина с этим согласится, что для нее это пройдет без последствий. Это непризнание того, что мы все вплетены в

175

одну сеть, в которой все равны между собой, имеют равные права, ни один человек не может

обладать другим, не имеет права сказать другому: «Что станет с тобой, меня не касается, я ищущу самовыражения». Так не пойдет. Это приведет к плохим последствиям — детям придется заплатить за это. Родители могут жить хорошо, но дети возьмут на себя вину родителей и ее искупление.

В таких случаях для терапевта важно, чтобы их сердце было отдано детям, а не родителям. Тогда это серьезно. Насколько серьезно необходимо воспринимать привязанность детей к родителям, я поясню на примере.

Тяжелобольные дети

Недавно в Гейдельберге состоялся конгресс, посвященный вопросам фундаментализма и выбора. На конгресс был приглашен биоэтик из Австралии, который представлял точку зрения, что нежизнеспособные дети должны иметь возможность умереть, в том числе посредством активного вмешательства. Он полагал, что наше правовое сознание такое допускает. Я приехал на этот конгресс днем позже и стоял у дверей зала заседаний. Ко мне подошел человек, представился работником телевидения и попросил прокомментировать вышеприведенный тезис.

Я сказал: «В этой дискуссии упускается из виду, что ребенок, будучи рожденным, становится членом семьи. Если ребенка устранить, это окажет воздействие на всю семью, прежде всего на других детей. Они будут испытывать стремление последовать за умершим братом или сестрой, искупить его исключение или устранение. Впрочем, я придерживаюсь того мнения, что не нужно искусственно поддерживать жизнь нежизнеспособного ребенка, нужно позволить ему умереть. Но он должен умереть в присутствии всех членов его семьи, которые будут стоять у его кровати. Тогда это событие исполнено серьезности, любви и боли для всех участников».

В прошлом году в одном из моих курсов участвовала женщина, страдающая Нон-Ходкин лимфомой, раковым заболеванием. Она рассказала, что ее младшая сестра была полным инвалидом. У нее было десять разных дефектов, например, на

176

следующий день после рождения у нее вытекли глаза. Мать видела ребенка только один раз после рождения. Потом девочка попала в дом ребенка и умерла девяти месяцев от роду.

Когда этой женщине объявили ее диагноз — рак, первой ее мыслью было: «Я не хочу быть похороненной рядом с мужем». Очень странная мысль. Самого диагноза она не испугалась. Она представила, как умирает и подыскивала для себя могилу. Сначала она подумала о кладбище, расположенном вокруг церкви, в выходные туда приходит много людей, которые поливают цветы на могилах. Если бы ее похоронили там, то кто-нибудь поливал бы иногда цветы и на ее могиле. Она не хотела быть похороненной в стороне от других людей.

Сначала она хотела купить могилу вместе со своей подругой. Позже к ней приехала ее мать, и женщина сказала ей, что хочет быть похоронена в семейной могиле. Мать отклонила эту просьбу, сославшись на то, что на семейном кресте нет места для ее имени.

Я спросил эту женщину: «Для кого нет места в этой могиле?» Она ответила: «Для меня». Я повторил свой вопрос: «Для кого нет места в этой могиле?» Она повторила: «Для меня». Тогда я сказал: «Там нет места для твоей сестры». Тогда ей сразу стало ясно, что она искала могилу для своей сестры.

Я попросил ее сказать своей умершей сестре: «Дорогая сестра, я лягу рядом с тобой». Она была глубоко тронута и смогла дать сестре место в своем сердце. Ее любовь достигла своей цели. Вот какое действие оказывает на семью отказ в праве на принадлежность к семье ребенку-инвалиду. Вот как бережно нужно с этим обращаться.

Болезнь и компенсация

Б. Х.: Я бы хотел кое-что сказать о добре и зле.

Добро значит: у меня больше прав, чем у тебя.

Зло значит: у тебя меньше прав, чем у меня.

Невиновность означает: у меня больше прав, чем у тебя.

Вина означает: у тебя меньше прав, чем у меня.

Семейные системы действуют в самой своей глубине по принципу равноценности. Как только кто-то превозносится над другими, их болью или полагает, что его жизнь — в его руках, не

12-5433

177

считаясь с другими или не уважая их, душа восстает против этого и требует компенсации. Поэтому исцеление всегда начинается с уважения достоинства другого, кому я причинил зло, кого исключил из моей жизни, несмотря на то, что он — часть моей жизни. Отдав ему дань уважения, которого он заслуживает, я восстанавливаю равенство, и плодотворное развитие становится возможным.

Инцест

Динамика в случае инцеста между отчимом и падчерицей часто показывает: не состоялась какая-то компенсация. Итак, женщина выходит замуж и ждет от мужа, что он станет отцом ее дочери. Но он не отец ей. И если он заботится о дочери, та не ценит этого. Не понимает того, что он, собственно, не обязан делать этого — это не его обязанность. Ведь у нее есть свой отец. Мужчине приходится отдавать больше, чем он получает. Тогда в действие вступает тайная динамика, направленная на компенсацию, что и происходит посредством инцеста, причем с подачи матери. Все это происходит неосознанно, против желания матери. В то же время жена знает об этом и не вмешивается, потому что это тайная потребность. Дочь также втайне согласна с этим.

КЛИЕНТКА: Я всегда пыталась противиться этому, но моя мать не оказывала мне поддержки.

Б. Х.: Именно, она тебя не поддерживала. Решением будет, если дочь скажет: «Мама, я знаю, что это необходимо». Тогда груз ответственности перейдет к матери. Ребенок не будет больше нести этот груз.

Заместительнице клиентки: Скажи ей это!

Заместительница КЛИЕНТКИ: Мама, я знаю, что это необходимо.

Б. Х.: «И я охотно беру это на себя».

Заместительница КЛИЕНТКИ: И я охотно беру это на себя.

Б. Х.: «Ради тебя».

Заместительница КЛИЕНТКИ: Ради тебя.

Б. Х. (заместительнице матери): Как это тебе?

Заместительница МАТЕРИ: Мне трудно. Мне больно. Но я с благодарностью принимаю это.

178

Б. Х.: Скажи ей: «Теперь я беру ответственность на себя».

Заместительница МАТЕРИ: Теперь я беру ответственность на себя.

Б. Х.: «Ответственность за последствия».

Заместительница МАТЕРИ: Ответственность за последствия.

Б. Х.: «А ты — свободна».

Заместительница МАТЕРИ: А ты — свободна.

Б. Х. (заместителю отчима): А ты скажи ей: «Я причинил тебе зло».

Заместитель ОТЧИМА: Я причинил тебе зло.

Б. Х.: «Ты ведь только ребенок».
Заместитель ОТЧИМА: Ты ведь только ребенок.
Б. Х.: «Я беру ответственность на себя».
Заместитель ОТЧИМА: Я беру ответственность на себя.
Б. Х.: «И вину».
Заместитель ОТЧИМА: И вину.
Б. Х.: «Не важно, в чем состояло переплетение».
Заместитель ОТЧИМА: Не важно, в чем состояло переплетение.
Б. Х.: «Ты свободна от меня».
Заместитель ОТЧИМА: Ты свободна от меня.
Б. Х.: Как это тебе?
Заместитель ОТЧИМА: Хорошо. Мне хочется уйти.
Б. Х.: Сделай это и скажи ей: «Я ухожу».
Заместитель ОТЧИМА: Я отхожу в сторону.
Когда отчим уходит, мать и дочь подходят друг к другу. Мать обнимает дочь.
Б. Х. (клиентке): Что ты на это скажешь?
КЛИЕНТКА: Мне хорошо. Еще и потому, что моя мать еще жива и я могу с ней встретиться.
Б. Х.: Ничего не рассказывай ей об этом. Это важно.

При инцесте происходит еще кое-что. Между тобой и отчимом установилась связь. В таких случаях женщине часто бывает трудно открыться для нового партнера. Из-за этой связи. Она должна признать эту связь. Если она ее признает, то сможет от нее освободиться. Злость на отчима только усиливает связь с ним. Тебе нужно сказать ему: «Я благодарна тебе за многое, я принимаю это и отпускаю тебя». Решение заключено во фразе: «Я отпускаю тебя».

12*

179

УЧАСТНИК: Насколько важна конфронтация преступников и жертв, если преступник действительно просит прощения у жертвы, глядя ей в глаза?

Б. Х.: О каком преступнике идет речь?

УЧАСТНИК: Например, об инцесте.

Б. Х.: Извинения здесь не уместны. Ведь тогда решение ставится в зависимость от жертвы. Это отягощает ее. Жертва вынуждена простить преступника. Так не годится. Жертва не должна его прощать.

Итак, преступник говорит: «Мне очень жаль», он признает свою вину. Он также говорит: «Я причинил тебе зло. Это моя вина. Ты свободна от меня, я ухожу». Так же, как мы сделали это здесь. Это будет решением.

УЧАСТНИЦА: Не могли бы вы сказать еще кое-что об отношениях инцеста. Мне показалось, что дочь одновременно тянуло к отцу и от отца. Вы помогли ей остаться с отцом. Но, возможно, движение от отца тоже важно, это движение прочь от возникшей связи. Не могли бы вы что-нибудь сказать об этом?

Б. Х.: Да. Движение прочь удастся, если признается движение «к». Если бы дочь просто ушла прочь под влиянием гнева, что это дало бы ее душе? Ничего. Она осталась бы со своим сопротивлением и гневом, возможно, на всю жизнь. Иногда боль настолько сильна, что скрывает то, что стоит за ней. Любовь, стоящая за этим, приносит еще большую боль. Ведь ей стало лучше.

Терапевт не должен реагировать на поверхностные проявления выплескиваемых чувств. Некоторым это внушает страх, когда они видят такое. Я знаю, что за этим скрывается любовь. Нужно только ждать достаточно долго, пока она покажется. Именно это я здесь и сделал. Когда она дала возможность проявиться любви, она смогла освободиться, и отец смог ее освободить. Этого достаточно. Для нее этого достаточно, чтобы сделать что-то хорошее из своей жизни. Ей не нужно начинать уголовный процесс, чтобы чувствовать себя лучше. Теперь она свободна.

Решение для следующих поколений

УЧАСТНИЦА: Если система повреждена, если порядок нарушен и члены семьи уходят один за другим, как это отразится

180

на следующих поколениях? Этот сбой будет повторяться? Или уход за другими и болезни и есть компенсация? Система удовлетворена этим?

Б. Х.: Нет, система не удовлетворена. Если в системе есть нечто не решенное, то это будет передаваться из поколения в поколение. Если, например, отец стремится последовать в смерть за своим отцом и делает это, то в следующем поколении кто-то последует за ним. Если он не сделал этого, но только хотел, кто-то из детей скажет: «Я сделаю это вместо тебя».

Но если один член семьи найдет решение, если он осознает, что стремится последовать за отцом в смерть и скажет: «Отец, благослови меня, если я останусь», решение найдено. Тогда динамика не повторится в последующих поколениях.

Уважение вместо искупления

Б. Х.: Умершим не нужно искупления, им нужно уважение. Вот о чем идет речь. Целительным будет уважение. Поклон — это выражение уважения. И просьба о благословении — это проявление уважения.

УЧАСТНИК: То, что я видел здесь, напоминает мне кровную месть и вендетту. Добровольную, самостоятельную вендетту. Решение здесь: «с любовью встать напротив» вместо «совершить возмездие».

Б. Х.: Динамика вендетты точно выражает то архаичное, с чем мы сталкиваемся в семьях. Потеря с одной стороны приводит к точно такой же потере с другой стороны. Это может продолжаться бесконечно, пока не будет найдено решение. Это действует глубоко в душе каждого из нас. Это можно увидеть в процессе семейных расстановок. Решение, которое я предлагаю, способно преодолеть архаичный образец. Это, собственно, духовное решение на более высоком уровне. Такое решение требует понимания и мужества. Оно идет не от глубинного стремления к компенсации. Оно требует напряжения, достаточного для перехода на другой уровень и его сохранения.

181

Смерть вместо другого

Связь судеб внутри одного рода порождает у его членов представление, что один может умереть вместо другого. Чаще всего дети хотят умереть вместо своих родителей. Но такое встречается и среди пар, когда один партнер умирает вместо другого. Это происходит совершенно неосознанно, это тайна, покрытая мраком. Здесь действуют очень странные и архаичные законы, темная любовь и связь, сила которых выходит далеко за пределы того, что мы можем воспринимать при помощи сознания. Это также выходит за рамки наших моральных усилий и родовой воли. Как слабо все это по сравнению с другими силами, слишком слабо.

Работать с этими силами можно, только сначала выявив их. Когда силы выявлены, они действуют не слепо, а могут восприниматься сознанием. Так становится возможным новое действие, и это духовное исполнение.

Это — отказ клиента от архаичного. В то же время это и путь к одиночеству, в известном смысле. Как ни странно, это вина, и ощущается нами как вина. Это духовное достижение, высшее из человеческих достижений. Многие пугаются такого достижения и вновь возвращаются к архаичным образцам. Поэтому такого состояния невозможно достичь при помощи манипуляций или иных методов. Если такое происходит, это воспринимается как дар. Это дар для терапевта и для всех участников.

Заключительный штрих

УЧАСТНИЦА: Вы говорили, что ставите ребенка в зону влияния родителя, судьба которого в меньшей степени чем-то отягощена. А если в семье системы обоих родителей отягощены, что делать тогда?

Б. Х.: Тогда нужно уйти от обоих родителей и полностью положиться на собственные силы. Тогда решение — это итоговая черта в смысле: «Все это я оставляю позади». Бесконечное копание в прошлом ослабляет. Многие личные войны и войны между народами возникают оттого, что прошлое не может стать прошлым. Отказ от анализа прошлого оказывает на душу очищающее действие. Итак, иногда необходимо подвести итоговую черту, в том числе в психотерапии. Когда прошлое действительно становится прошлым, это оказывает целительное действие. Тогда приходят силы для движения вперед.

182

СЕМЕЙНЫЕ РАССТАНОВКИ И ДВИЖЕНИЯ ДУШИ

Введение

В отношении семейных расстановок и движений души я хотел бы сделать следующее общее замечание: когда я говорю обо всех существенных аспектах, речь идет не о теории или детальном руководстве к действию, а прежде всего об основных состояниях и внутренних процессах.

Семейные расстановки

Мне бы хотелось сказать несколько общих слов о семейных расстановках. Семейная расстановка происходит так: клиент выбирает из участников курса заместителей для наиболее важных членов своей семьи — отца, матери, братьев и сестер и т. д. Затем он, сосредоточившись, расставляет их по отношению друг к другу, руководствуясь своим внутренним чувством. Клиент должен заранее настроиться на то, чтобы сделать это сосредоточенно и предаться и боли, и скорби, и внутреннему вызову, которые появятся в процессе работы. Это очень важно.

Порой что-то мешает клиенту сделать это, возможно, он не чувствует согласия своей семьи. Клиент должен почувствовать, согласны ли члены его семьи с тем, чтобы он это сделал. Чем более клиент сможет внутренне убедить их в том, что он ищет хорошее решение для всей семьи и делает это с уважением, тем скорее они согласятся. Тогда ему будет легче справиться.

Выбранные заместители предоставляют себя в распоряжение клиента, оказывая ему тем самым услугу. Это совсем не просто. Ведь когда заместители находятся в расстановке, они чувствуют то же, что и люди, которых они замещают. Иногда это становится драматичным, у них могут проявляться даже

физические симптомы. Необходимо известное мужество, чтобы пойти на это. Но это дружеская услуга. И, конечно, многому учишься, когда это делаешь. Так можно почувствовать, какая сила в расстановках.

Как терапевт я знаю, что расстановка зависит не от меня. В процессе расстановки что-то выявляется, и я отдаюсь этому, такому как есть. Это очень сдержанный метод. Я работаю с тем, что выявляется, с полной отдачей. За это я беру на себя часть ответственности.

В зависимости от того, что выявилось в ходе расстановки, напрашиваются определенные шаги по направлению к решению, если оно существует. Я работаю с силами, которые исходят из системы, от семьи, с хорошими силами. Я пытаюсь их мобилизовать и сделать полезными для клиента.

При этом возникает вопрос: готов ли клиент, способен ли он последовать за этим движением и завершить то, что может стать решением? Иногда это очень трудно. Вероятно, это связано с тем, что семья представляет собой силовое поле.

Руперт Шелдрейк говорит о морфогенетических полях. Он предполагает, что некие модели, когда-либо существовавшие, с необходимостью действуя в рамках поля, повторяются. Он рассматривает, например, законы природы в качестве воспоминания о начале, когда образовалось нечто. Это воспоминание находит отклик и действует дальше, повторяясь. Возможно, и в семьях повторяются определенные модели. Сила поля не дает импульса для прерывания процесса. Для того чтобы его прервать, необходимо выйти за рамки поля, возможно, перейти на более высокий уровень и, обратившись к новому, иметь мужество ему открыться.

Важно, чтобы клиент понимал, что речь идет о живом процессе, который требует от него шага — шага роста. Очень важно, достаточно ли у клиента сил и мужества, чтобы принять вызов. Переход на более высокий уровень сродни чему-то религиозному в том смысле, что вверяешь себя чему-то высшему. Освобождаясь из чего-то узкого, идешь к чему-то более широкому. Доверяешься ему, чтобы оно тебя вело.

Что дают семейные расстановки

В какие переплетения включен человек, можно выяснить путем расстановки его семьи. Клиент делает расстановку своей

184

семьи или семьи своих родителей при помощи заместителей — участников группы. В процессе мы можем наблюдать, что заместители (если они соглашаются на расстановку) чувствуют то же, что люди, которых они замещают. Иногда у них даже проявляются те же симптомы. Это удивительно, и я не могу этого объяснить.

При помощи расстановки можно увидеть, был ли кто-либо исключен из семьи или кто-то хочет исчезнуть или умереть. Решение ищут также при помощи расстановки. При этом становится очевидным, что любовь, будучи «введенной в заблуждение», ведет к болезни, она же, будучи разумной, может привести к решению.

На что необходимо обратить внимание при семейных расстановках

Семейные расстановки многих приводят в замешательство, потому что они опровергают

некоторые из сделанных ранее предположений. При семейных расстановках самым естественным образом на поверхность выходит нечто очень глубокое. Это позволяет при помощи любви, которая становится видимой, найти решения, способствующие появлению целительного в душе. Так происходит потому, что действительность становится очевидной.

Решающей в этой работе является второстепенность терапевта. Действие или воздействие идет не от терапевта. Воздействует действительность, которая стала очевидной. Это очень смиренная работа. Это — работа и такой подход, в который не нужно верить. Нужно просто посмотреть и увидишь — это так.

Душа указывает путь

Семейная расстановка — это результат феноменологического подхода. Феноменологический подход с философской точки зрения означает, что терапевт должен отойти на зад-

185

ний план и, не испытывая ни страха, ни любви, расстаться с намерением непременно кому-то помочь. Само развитие событий происходит без участия терапевта, вне его. Дистанцируясь, он не вмешивается в процесс. Это должна быть такая дистанция, которая создаст пространство для проявления решающих движений. Заместители движутся, побуждаемые душой, и находят решения за пределами влияния терапевта. Терапевту, в общем-то, не нужно ничего делать. При этом он не пассивен. Находясь в отдалении, он предельно внимателен. Иногда он видит, что нужно вмешаться, и делает это. В этом отсутствует какой-либо метод. Поэтому феноменологический подход работает, только если в некотором смысле забываешь то, что знаешь о семейных расстановках, отходишь в сторону, уступая место тому, что происходит как будто само по себе.

Все, что написано в книгах и снято на видео, ценно, но этим нельзя слепо руководствоваться как истиной в последней инстанции, ведь тогда мы лишаем будущее шансов.

Образы, которые возникают в процессе расстановки, многослойны. Если накладывать их на нечто заранее заданное, образ как таковой утрачивает свойство воздействия. Поэтому все наблюдающие за ходом расстановки чувствуют влияние расстановки на себе. Если же они сами сталкивались в жизни с аналогичной ситуацией, им лучше внимательно прислушаться к своей душе, а не следить за тем, что происходит в расстановке. Тогда, возможно, в их собственной душе найдется подходящее решение. То, что происходит в процессе расстановок, впечатляет. Это демонстрирует, какие силы действуют в каждой душе. Если во время расстановки клиент внимательно следит за собственной душой (а не за терапевтом, который, может быть, поможет), душа имеет больше шансов раскрыться и найти подходящий ей путь. Быть может, тогда он встретит друга или терапевта, который поможет.

Многие вещи происходят сами собой, если доверять своей душе. Клиент, считающий расстановку единственно возможным шансом для решения своих проблем, в этот момент отчужден от собственной души. С тем, кто чересчур настойчив, я не могу работать. Он ждет от меня слишком многого, и я становлюсь обычным человеком, с присущими мне возможностями и недостатками.

186

О подходе при семейных расстановках

Семейная расстановка, в общем-то, очень простой метод. Выбирают заместителей для наиболее важных участников отношений, расставляют их по отношению друг к другу и так оставляют. В процессе расстановки внезапно выявляется и показывается нечто скрытое, причем тот, для кого

делается расстановка, сразу замечает то, что выявляется. Это внешняя сторона. Это просто. Но пойму ли я, на что указывает сложившийся образ? Это другой вопрос.

Нужно внимательно следить за тем, что выявилось. Образ действует, только если выявленное, клиент, заместители и, конечно, терапевт действуют совместно. Динамика развивается сама по себе, без какого-либо вмешательства. Клиенту, заместителям и терапевту нужно быть готовыми к неожиданному, что может выявиться. Есть определенные правила возникновения порядков, если их знать, можно в некоторой степени управлять расстановкой.

Для того чтобы сделать расстановку, необходимо обладать некоторой информацией. Прежде всего нужно знать, состоит ли клиент в браке, есть ли у него дети. Тогда мне ясно, нужно ли расставлять его семью. Затем я расспрашиваю клиента о его родительской семье, что в ней произошло. А именно: о внешних и решающих событиях — случаях смерти, травматических событиях детства, например при рождении. Этого достаточно, чтобы начать расстановку.

Я расставляю минимально необходимое количество человек. При этом я начинаю с наиболее важных лиц. После того как это сделано, складывается определенная картина, из которой, а равно из реакции клиента, я черпаю новую информацию. Тогда я ввожу в расстановку новых участников, и опять — не более, чем необходимо. Затем смотрю, каково влияние новых участников расстановки. На основании увиденного можно сделать вывод, возможно решение или невозможно.

Итак, я расставляю основную ситуацию, по которой вижу, куда направлены движения: к гибели, смерти или к решению. Часто я сначала иду вместе с «плохим» движением, например к смерти, — без страха. Я иду вместе с клиентом вплоть до грани-

цы, чтобы выяснить, куда, собственно, ведет внутреннее движение. Если на границе происходит поворот, я иду вместе с клиентом назад. Иногда такого поворота не происходит, тогда я не иду назад, а оставляю клиента стоять на границе.

Я не задаюсь вопросом: правильно это или нет? Это было бы слишком примитивно. По воздействию в собственной душе я определяю, что делать. На это я и ориентируюсь. Пользоваться готовыми правилами неуместно и это не отвечало бы полноте происходящего. Конечно, у меня есть определенные представления о том, что может произойти, некие представления о порядках, но на практике каждая расстановка уникальна. Одинаковых расстановок не бывает. То же относится и к интервенциям. Одинаковых интервенций не бывает. Поэтому для моей работы необходима постоянная готовность к новому и непривычному.

Важно также «раздраматизировать» происходящее. Я стараюсь вернуть происходящее обратно к привычному, насколько это возможно. Это помогает лучше всего.

Стандартные вопросы

УЧАСТНИК: В какой момент вы прекращаете задавать вопросы?

Б. Х.: Я задаю ряд стандартных вопросов. Я спрашиваю, состоит ли клиент в браке, есть ли у него дети, был ли у него партнер до брака. Я также спрашиваю, умер ли кто-нибудь, были ли случаи смерти детей или мертворожденные дети. Таким образом я получаю практически всю важную информацию о семье. Мне нужна только внешняя информация о семье. Мне не нужно, например, знать, пьет ли отец, хорош он или плох, доминирует ли он или подчинен. Это не играет роли. Важны только внешние события.

Затем я задаю вопросы о родительской семье, произошло ли в ней что-либо особенное. И здесь речь идет только о внешних событиях. Сколько было детей, был ли кто-либо прежде женат, умер ли кто-нибудь и как он умер? Это, в общем-то, все, о чем я спрашиваю. Если клиент хочет сообщить мне больше, я его останавливаю, потому что для расстановки это не нужно. В процессе расстановки я получаю дальнейшую инфор-

188

мацию, иногда я задаю дополнительные вопросы. Вот основной перечень моих вопросов.

Серьезность

Очень важно, чтобы клиент еще до расстановки проникся серьезностью происходящего. Нельзя относиться к такой работе легкомысленно, иначе она обернется против терапевта. Такая работа чем-то сродни религиозному ритуалу, который уходит в глубину. Ее нельзя делать на ярмарке. Ее нельзя делать из любопытства или поверхностно. Поэтому я настраиваю клиента на полную серьезность. Иногда путем внезапного прерывания расстановки.

Системный подход

Семейная расстановка требует системного подхода. Поэтому терапевты, которые привыкли работать индивидуально, испытывают некоторые трудности с переориентировкой. При системном подходе важно держать в поле зрения и полноту, и целостность. Сначала я всегда смотрю на тех членов семьи, которые исключены из системы, кому отказано в признании или любви. Именно им принадлежит мое сердце, тогда я смогу их вернуть. И не из солидарности с кем-то одним, а из солидарности со всеми, с целым. Когда я становлюсь на сторону исключенного, остальные вынуждены ориентироваться по-новому. Из солидарности с целым остальные входят в контакт с исключенным.

Не уходить от существенного

Всякое растение растет от корня. В корне — сжатая сила, хотя он мал и занимает мало места. Когда из корня выросло целое дерево, сила корня распространена и израсходована. Если бы я во время расстановки вникал во все подробности и хотел

189

бы объять все, я будто бы смотрел на дерево целиком со всеми его ветками и листьями. Тогда сила уходит. Но в каждом корне она полна и сжата.

Я работаю по принципу расстановки минимально необходимого. Тогда в расстановке намного больше энергии и силы. Поэтому важно, чтобы терапевт уже вначале ухватил главное.

Это очень насыщенная работа. Насыщенная — означает, что присутствует большое поле, которое не затронуто, и тем не менее оно действует. Кто пытается задействовать все поле — лишает работу плотности и силы.

Силовое поле

Семейная расстановка создает некое силовое поле, попадая в которое, заместители ведут себя и чувствуют так же, как и лица, которых они замещают. Подобное встречается и в других случаях. Некоторые, попадая в чужую среду, замечают, что начинают думать совершенно иначе, чем за пределами этой среды, что они чувствуют иначе, чем в привычном окружении. Сила поля ощущается сразу. Попав в такое поле, человек приспосабливается к нему. Руперт Шелдрейк называет это морфо-генетическим полем. Как правило, в процессе расстановки кто-то из

участников чувствует и выражает самое главное.

Каждый участник, конечно, привносит что-то свое в общечеловеческом смысле, но это не мешает. Редко бывает, чтобы это мешало. Но если заместитель остается только заложником своих собственных чувств, он не сможет попасть в силовое поле. Это видно сразу. Такого заместителя нужно заменить. Как правило, я доверяю тому, что происходит.

Терапевт также попадает в силовое поле и дает полю вести себя. Поле дает видение того, что необходимо для решения.

Доверять полю

Силовое поле расстановки связано с другими силовыми полями, например, с полем реальной семьи. Потому замести-

190

тели в расстановке чувствуют то же, что и сами члены семьи. Терапевт также находится в силовом поле. При этом он не должен бродить в расстановке или просто долго в ней стоять. Он должен все время выходить, чтобы не мешать. Входя в поле расстановки, он устанавливает связь с целым полем, а значит — со всей системой, всеми ее участниками, прежде всего с исключенными, слабыми или «грешниками».

Если терапевт таким образом связан с полем, система подарит ему видение решения. Это приходит внезапно, как удар молнии. В мгновение он ухватывает главное. Такое невозможно придумать, это можно только получить в дар и принять. И терапевт принимает это. Терапевт должен доверять полю. Если он задастся вопросом, откуда это идет, он потеряет связь. Такое видение, по сути, просто. Оно появляется совершенно внезапно, применяется и дает немедленный эффект. Реакция участников, глубоко тронутых происходящим, — это сигнал, что затронуто нечто важное. Порядки, которые при этом выявляются, при всей их схожести имеют некоторые различия. Нельзя применять прежний опыт, не осмыслив его заново.

Далее терапевт отступает на задний план и предоставляет семью ее полю и ее собственной душе. Это очень важно. При этом терапевт предан семье, и только он. Тем не менее он сопровождает семью некоторое время, затем отходит в сторону. Только пребывая вместе с семьей непродолжительное время, терапевт сможет все это выдержать и нести ответственность. Терапевт остается в подчиненной позиции, хотя и выглядит директивным. Но это не так. Терапевт на службе у души, которая действует.

Мой совет терапевтам, которые занимаются расстановками: медленно привыкать и вживаться в такую позицию. Так легче работать.

«Починить» или «дать вырасти»

Еще кое-что необходимо учитывать. Речь идет о процессах роста. Такая работа дает начало росту. Для роста необходимо время. Здесь не стоит спешить.

Иное представление о терапии — исправление. Необходимо сначала «починить» каждую деталь и поставить ее на свое место, а затем «вернуть» владельцу. Так мы представляем себе боль-

191

шую хорошую работу. Но там, где речь идет о росте, с методом исправления придется распрощаться. Очень важно, из какого представления исходят в работе терапевт и клиент.

Терапевт, работающий по методу исправления, притягивает энергию к себе, отнимая ее у клиента.

Такое случается с терапевтами, которые прорабатывают и впоследствии контролируют результат. При этом они действуют в *своем* интересе, а не в интересе клиента. Такое вмешательство извне нарушает процесс роста. Здесь необходимо подумать над изменением основных позиций, с которых мы подходим к терапии.

В нашей работе необходимо четко разделять два образа. Исправление — это «много психотерапии», которую терапевт должен «завершить», чтобы она удалась. Такое представление не соответствует нашей работе. В нашей работе образ «исправление» неприменим. Мы даем лишь импульсы — импульсы роста. Процесс роста продолжается. Необходимо считаться с тем, что пройдет около двух лет, пока импульс достигнет намеченной цели. Любая поспешная попытка вмешаться в процесс, ускорить его — это попытка применить метод исправления: быстренько кое-что привести в порядок. Такая попытка нарушает процесс роста.

Исцеление как подарок

Многие клиенты, одержимые желанием поскорее выздороветь, перекладывают решение на кого-то извне, например, терапевта или врача, который их лечит. Они перекладывают ответственность за исцеление на другого. Некоторые, пришедшие на наш курс чему-то научиться, ставят результат в зависимость от того, сидят ли они в первых рядах или нет. Тот, кто это делает, учится меньше. Так же и клиент, который ожидает исцеления от терапевта, ожидает, чтобы терапевт сделал это для него, имеет меньше шансов на выздоровление.

Исцеление — это подарок. Если исцеление удалось или пришло облегчение — это подарок. Если это происходит — это чудо. Как для клиента, так и для терапевта. Чудо, которым невозможно управлять.

Некоторые виды терапии допускают точное планирование, например, терапия поведения. При этом речь идет преиму-

192

щественно о симптомах, например фобиях. Там же, где речь идет о судьбах, о жизни и смерти, о переплетениях и вине, невозможно работать по плану. И результата невозможно достичь, следуя в работе заданному образцу. Там, где решение найдено, исцеление удалось, действуют силы, которые выходят за пределы личности. Этим силам нужно довериться.

То же относится и к пониманию. Оно не зависит от нахождения в первых рядах зала. Если оно приходит — это подарок. Тот, кто сдержан и не ставит результат в зависимость от внешних факторов, имеет больше шансов на понимание, более глубокое понимание.

Осторожность

при контроле результата

Я знаю, что моя работа оказывает влияние на течение болезни, но я никогда не интересуюсь результатом. Это очень важно. Я могу работать только в том случае, если погружаюсь в систему или в силовое поле без какой-либо конкретной цели. Клиент приходит ко мне, и я, получив от него информацию, внезапно оказываюсь в силовом поле. Тогда я включаю свое осприятие или свое знание, чтобы привести в движение в истеме нечто примиряющее или исцеляющее.

После этого я выхожу из силового поля. Не сделай я этого, начал бы мешать процессу. Если в последующем я спрошу, то происходило дальше, я снова вторгнусь в силовое поле, как будто я создал его своей силой и проверяю результат, как будто он зависел от меня. Тогда образ перестает действовать, поскольку он искажен. Вот почему я этого не делаю.

Я не слушаю объяснений, почему кому-то стало лучше. Мне достаточно того, что он сказал, что ему лучше. Объяснения, как правило, излишни.

Мужество узнать правду -такую, как есть

Иногда терапевт произносит нечто, что звучит ужасно, хотя аистики и понимают, что это правда. Некоторые терапевты

-5433

193

опасаются произносить такое, хотя это и очевидно всем. Для терапевта, который полагает, что вся ответственность на нем, что клиенты слепо верят всему услышанному от него, что не они сами думают и решают за себя, это ужасно. Терапевт озвучивает то, что очевидно для всех, как бы угрожающе это ни звучало. Тогда клиент сам начинает пристально всматриваться. Он становится серьезным и сильным.

Если терапевт считает, что должен беречь клиента, и не говорит правды, клиент начинает бояться терапевта. И с полным правом. Ведь такой терапевт обманывает клиента. Такая любовь обманная, если это вообще можно назвать любовью. Зачастую это просто трусость.

Ясность получит лишь тот, кто преодолел страх. Это очень наглядно описал Кастанеда в одной из своих книг о шамане — доне Хуане. Самый большой страх, который испытывают терапевты; «Что будет, если я расскажу то, что знаю?» — или «Что скажут мои коллеги, если я расскажу то, что знаю?» Так складывается сообщество заклятых трусов. Это неуважение величия действительности, величия судьбы и души всех участников.

Если терапевт привержен действительности, то он становится в известном смысле противником клиента, и все же у клиента есть ориентир. Клиенту не обязательно соглашаться с действительностью, он может и противостоять ей, но все же у него есть ориентир. Если терапевт не противопоставляет клиенту действительность, у клиента отсутствует ориентир.

УЧАСТНИК: А что, если вы ошибаетесь?

Б. Х.: Я всегда работаю в присутствии группы людей. Если я ошибаюсь, часто кто-либо из группы поправляет меня. Или сам клиент поправляет меня. Происходит встречное движение, которое исправляет ситуацию. Но такое происходит не всегда. Поэтому всегда есть место отваге.

Ошибки действуют как средство исправления. В стремлении избежать ошибок можно убежать от верного. Поэтому я стесняюсь высказывать предостережения.

Любопытство унижает

Вопросы из любопытства недопустимы. Они оттягивают энергию от клиента на задающего вопрос. Это оказывает гаго-

194

хое действие. Поэтому я так сдержан. Вы заметили, что я мало спрашиваю? Я не хочу знать много, и все же я могу работать. Я не оттягиваю энергию на себя, я оставляю ее там, где она есть, — у наиболее важных участников. Пациенты это хорошо знают. Если я расспрашиваю их из любопытства, они теряют собранность, потому что вынуждены заниматься мной. Они как бы должны оправдываться, почему это так. Это плохо.

Опирайтесь в душе на любовь

Я бы хотел вернуться к вопросу, который ранее так твердо отклонил. Тогда болезням были даны объяснения, которые совершенно недопустимы и разрушают душу. Здесь я совершенно тверд. Я всегда оберегаю моих клиентов от таких объяснений.

У меня есть принцип, которому я следую. И это секрет моего подхода: опираться в душе на любовь. Задавший вопрос, не опирался в душе на любовь. Когда посягают на любовь или душу, я непоколебим.

Границы семейной расстановки

С помощью семейных расстановок мы часто находим хорошие решения. Вы сами это видели. Но иногда складывается представление, что при помощи семейной расстановки сложную проблему можно решить даже тогда, когда в душе клиента отсутствует отклик. Хочется думать: надо только продолжить, и решение все же придет. Это противоречит непосредственному восприятию. Его пытаются перехитрить.

Действие, направленное против восприятия, разрушает собственную душу. За этим действием стоит притязание на власть, противопоставленное смирению, которое необходимо для нашей работы.

В своей работе я не выхожу за пределы того, что могу. Если я бессилен, я останавливаюсь. В прошлой расстановке моей клиентки я был бессилен, поэтому остановился. Позднее от нее поступил импульс, и я смог продолжить. Без этого я ничего не

)З«

195

смог бы сделать. Импульс, поступивший от нее, как бы дал мне разрешение и стал поддержкой.

Живые и мертвые

Для меня становится все очевидней, что при семейных расстановках нельзя останавливаться на том, что лежит на поверхности. Для того чтобы найти решение, мы должны включать в них иное — более широкое. Так мы сможем постичь величие умерших; понять, что царство мертвых не есть нечто ужасное, совсем нет. В нем — завершенность и величие. Смерть — это огромное царство мертвых, жизнь мимолетна. В царстве мертвых покоится то, что окончено. Позднее в это царство придут и ныне живые. Стремясь попасть туда раньше времени, они нарушают покой умерших. Право попасть в царство мертвых возникает только в свое время, не раньше.

Знание в силу принадлежности к общей душе

То, что происходит в процессе семейных расстановок, — таинственно. Как это возможно, чтобы чужие люди, не имеющие совершенно никакого представления о семье или о лицах, которых они замещают, вдруг реагируют так же, как те, кого они замещают: чувствуют так же; ведут себя так же; у них возникают физические симптомы реальных людей. Я думаю, тут необходимо несколько изменить свое представление о мире.

В философской теории познания, или в коммуникативной теории, существует представление, что знание приходит путем передачи. Но здесь мы видим, что есть иное знание, которое не передается, оно существует в силу принадлежности. Возникает вопрос: принадлежности к чему?

Я долго думал над этим, и наиболее вероятным мне кажется, что все мы принадлежим общей душе. То, что мы называем своей душой, не может быть таковой, поскольку наша душа связывает каждого из нас с нашей семьей, а через нее с Боль-

шой Душой, как я ее называю. В этой душе все связаны со всеми, связаны неким знанием. Такое знание и есть знание в силу принадлежности.

Это знание приходит во время семейных расстановок — участникам, и прежде всего терапевту, если он это допускает. Это самое важное. Терапевт, находящийся во власти философской теории познания и полагающий, что знание приходит путем передачи, что необходимо каждого о многом расспросить, прежде чем начать работать, теряет контакт с общей душой.

Поэтому терапевт должен отказаться от многих вопросов еще вначале. Вступив в силовое поле, терапевт получает понимание, которое ему необходимо. Такая работа требует от него полного переосмысления.

Если терапевт остается при убеждении, что сначала нужно все узнать, расспросив об этом, что только так станет понятно, что делать, он нарушает силовое поле, в котором находится. В этом случае участники не откроют ему всей правды, которая чрезвычайно важна. Итак, самое главное, чтобы терапевт смог отступить в тень, почувствовать связь с чем-то большим, довериться движению Большой Души, пойти за ней и таким образом участвовать в происходящем, чтобы шаг за шагом выявилось то, что должно.

Терапевт не знает, что может в конце концов выявиться. Он всегда только совершает шаги, которые становятся очевидными в процессе расстановки. Иногда эти шаги очень велики, и терапевт может испугаться, что клиент действительно умрет. Но терапевт не должен этого бояться.

Если терапевт идет вместе с таким движением, оно может измениться на противоположное и приведет к решению. Такое происходит, только если полностью предаться движению и не тормозить его. Состраданием, например: «Ах, давайте все же попробуем, может, мы найдем хорошее решение», хотя такого решения не существует, но терапевт хочет действовать, а он уже утратил контакт с истинной ситуацией.

Помогать в гармонии

Во время семейной расстановки терапевт должен отказаться от того, чтобы руководить ею. Он отдается силам, которые дей-

ствуют в гармонии с семьей, с которой он работает. Как только он входит в систему как терапевт, он входит в созвучие с семьей, с которой работает иногда в большей, иногда в меньшей степени.

Созвучие достигается, только если терапевт отказывается от своих намерений, в том числе от намерения исцелить или изменить судьбу клиента. Терапевт без страха соглашается с тем, что в данный момент выявляется, что происходит, он соглашается с выявленным без намерений и страха. Все должно быть таким, какое есть, это очень важно. Терапевт должен воспринимать происходящее без страха, даже если это кажется ужасным. Например: жизнь клиента в опасности, или он не хочет жить. Увидев такое, терапевт ничего не должен менять. Он в гармонии с происходящим и согласен с судьбой клиента, какой бы она ни была.

Для терапевта это означает внутреннее очищение от намерений, а также от властных представлений. Это очень смиренный процесс. Включившись в процесс таким образом, терапевт

сможет распознать, в каком направлении развивается действие, и тогда — возможно, внезапно как озарение — приходит решение или находится выход. Он озвучивает то, что ему открылось, но без намерения, что это исполнится. В работе с такими глубокими процессами, где речь идет о жизни и смерти, иногда можно видеть, что, даже если решение появляется, клиент принимает его лишь на время, а затем снова отходит назад, в свою прежнюю судьбу.

Позиция терапевта в этом случае совершенно отлична от терапии с последующим контролем результата. Терапевт, который намерен контролировать результат, размышляет, как его достичь. В нашем случае терапевт ведет себя совершенно противоположным образом. Если клиент возвращается к своей судьбе, терапевт соглашается с этим. Это не имеет ничего общего с размышлением о том, хорошо это или плохо. Терапевт в созвучии с тем, что происходит, к чему бы это ни привело. А может, судьба, которую выбирает клиент, или судьба, с которой он согласился, и есть подобающая ему, терапевт не может знать этого. Этой судьбе присуще свое тайное величие, которого терапевт не видит, и потому он не осмеливается судить о том, хорошо это или плохо.

При этом происходит следующий внутренний процесс: отступить от всего многообразия феноменов и всего того, что

198

знаешь, отступить в «пустую середину». Чем драматичнее действие расстановки, чем более речь идет о жизни и смерти, тем более необходимо, чтобы терапевт сосредоточился, находясь в «пустой середине». Чем глубже он сделает это, тем больше силы будет иметь то, что он скажет. То, что идет из середины, имеет непосредственное действие, поскольку оно идет в созвучии с движущими силами.

Кто занимается семейными расстановками, со временем все тверже приходит к такой позиции. Во время расстановки, если терапевт погружен в нее, сама расстановка приводит его в «пустую середину». На самого терапевта это обязательно оказывает просвещающее и обогащающее действие. В отсутствие каких-либо намерений и страха, в созвучии с происходящим и согласием со смертью. Смерть не страшит его. Ведь жизнь для него — это часть бытия. Не жизнь значительней, а бытие, из которого происходит жизнь и в которое она уходит. Он в созвучии с этим бытием и только так может работать.

За поиском причин часто скрывается представление, что можно что-то изменить задним числом. Даже в случае системного переплетения действует представление, что его выявление означает исцеление клиента. Это не так. Нельзя это воспринимать так поверхностно. Проводя расстановку, я не имею иного намерения, чем привести что-то в гармонию. Состояние гармонии имеет зачастую исцеляющее или смягчающее действие. Но если я провожу расстановку семьи, для того чтобы клиент выздоровел, я — не в созвучии. Я просто не знаю, соответствует ли это движению его души.

Собственные и чужие чувства

УЧАСТНИЦА: Мне кажется, что, замещая кого-то в расстановке, я все равно оставалась бы самой собой. Но, может, это и не важно.

Б. Х.: Если, участвуя в расстановке, сосредоточиться, будешь чувствовать то же, что и незнакомый человек. Собственное восприятие не отключено совсем, но можно исходить из того, что в расстановке чувствуешь то же, что чужой человек. Иногда у участника расстановки появляются и те же симптомы,

199

что у реального человека. В этом смысле заместитель чувствует то же, что и человек, которого он замещает.

И наоборот, участник расстановки, испытавший чужие чувства, не должен считать эти чувства своими, говоря: «Я сам чувствую то же самое». Он должен проводить четкое различие между чужой системой и своей собственной. Важно, что в процессе этой работы приходится признать, как поверхностны чувства и как мало общего они имеют непосредственно с нами, но как во многом они зависят от места, которое мы занимаем в семье.

Насколько правдивы заместители

УЧАСТНИК: Как могут люди, выбранные случайно, передать ситуацию, которая соответствует всему миру чувств членов системы.

Б. Х.: На протяжении многих лет я спрашиваю себя о том же. Это для меня тайна.

Необходимо отказаться от распространенного представления и распространенной теории познания, что наше знание основано на наблюдении и передаче. Что, например, ребенок знает о своей семье только то, что ему рассказали, что от него можно что-то утаить, т. е. если ему об этом не говорили, значит, он этого не знает. Это предположение оказалось ложным.

За этим стоит следующее представление о душе: моя душа заключена во мне, душа другого заключена в нем, и мы не можем общаться, пока моя душа не скажет что-либо его душе и наоборот. Как будто, если бы мы не поговорили друг с другом, мы ничего не знали бы друг о друге. Но мы же видим, что это не так.

Душа это то, в чем мы живем, являясь частью этого. Психология исходит из представления, что происходящее возможно при условии передачи сведений, поэтому терапевт должен сначала расспросить клиента обо всем, и, только расспросив, он все узнает. Вот я сейчас только посмотрел на клиента и сразу увидел: это маленький ребенок. И мне не нужно ни о чем больше спрашивать. Дальнейший анамнез ничего бы не добавил к простому взгляду: это маленький ребенок со своей скорбью.

200

Но, несмотря на это, мы понимаем: мы участники чего-то большего. Это не доступно традиционной психологии. Это доступно, если я забуду, что я собирался сделать, забуду о своих намерениях и привычных понятиях. Тогда я отдаю себя в распоряжение высших связей, из мира которых внезапно приходит знание, непосредственное, пережитое знание, как мы могли здесь это видеть. На этом, совсем ином, уровне и происходят сообщение, переживание, решение. То личное, что привносится участником в общее в расстановке, ничтожно мало по сравнению с общим. Поэтому личное, за редким исключением, мешает расстановке. Так что понятие «личное» я, так сказать, пишу маленькими буквами.

Замещение и собственное «Я»

УЧАСТНИЦА: Как отграничить себя от роли, которую играл? Как избавиться от ее энергии?

Б. Х.: Человек никогда не бывает самим собой в полной мере. В собственной семье мы не всегда бываем такими, и в расстановке чужой семьи. Иногда хорошо, если человек после расстановки на некоторое время останется в роли того, кого замещал. Так можно узнать, что чувствуют члены другой системы и насколько подвижны наши чувства. То, что мы считаем для себя стабильным, оказывается весьма неустойчивым. Можно видеть, как легко меняются чувства в разных расстановках. Если настроиться на такие колебания, потоки, идущие туда и оттуда, почувствуешь себя и там, и здесь, и на своем месте.

Но в семейных расстановках существуют и опасные роли. Из этих ролей нужно выходить быстро. При этом помогает представление, что рисуешь вокруг себя некий магический круг, из которого и в который ничего проникнуть не может. Участвуя в расстановке, находишься за пределами этого магического круга, по окончании расстановки снова возвращаешься в этот круг.

Но есть и еще более простой способ: отступить в «пустую середину». В ней чувствуешь себя одновременно и связанным, и отстраненным. Эта середина ощущается легко.

201

Преимущество большего

В семьях иногда происходят события, значимые сами по себе. Если такие события оставляют глубокий след, например, смерть матери в родах, то другие травматичные или иным образом значимые события теряют в своем значении. Одно событие затмевает другое. Поэтому я не ищущу полноты, а работаю с главным, с тем, что на переднем плане.

Необходимо различать, что относится к личному, а что имеет отношение к системной динамике. Если, например, в детстве ребенку пришлось лежать в больнице, он долгое время был разлучен с матерью, то это событие личного характера. События личного характера, как правило, подчинены событиям системным. Так что я смотрю сначала на семью в целом: есть ли переплетения или что-то нерешенное. Если это так, то я сначала работаю с системой, а потом с личной травмой.

Если существует особо значимая личная травма, то я начинаю работу не с семьи. Это отвлекло бы меня. Тогда я сначала работаю с травмой. Нужно почувствовать, с чего начать. Личные проблемы нельзя решить при помощи системных динамик, и наоборот. Здесь должно быть некое взаимодействие.

Самые значительные переплетения — системные. В основном они неосознанны. Личные проблемы проще поддаются решению, чем системные переплетения.

Одна из реальностей

УЧАСТНИК: Вы говорили, что терапевт становится между клиентом и реальностью. Что это за реальность: объективная реальность или реальность клиента? Иначе говоря, возможно ли, чтобы братья (сестры) по-разному воспринимали реальность одной семьи и их внутренние образы были бы различны?

Б. Х. Реальность одной семьи — это одна реальность. Но разные члены семьи выполняют разные функции, и с позиции этих функций они могут по-разному воспринимать эту реальность.

202

Тот, например, кто исполняет функцию жертвы, иначе воспринимает реальность, чем тот, кто свободен от такой функции. Но общая картина примерно одна и та же. Невозможно определить, какая картина объективнее. Да и у кого может сложиться объективная картина? Только у того, кто сам себе ее создал. Так что вопрос некорректный. Собственно, вопрос в другом: что оказывает ограничивающее, болезненное влияние, а что — исцеляющее. Это можно увидеть в процессе расстановки.

Конечно, различия в восприятии есть. Если муж и жена расставляют систему своей семьи, каждый сделает это немного иначе. При этом появляется возможность для сравнения. Иногда бывает так, что один из них ближе к действительности. Скажем так, один из них имеет больше мужества посмотреть реальности в глаза. Если сравнить оба варианта, можно видеть, у кого мужества больше, а у кого — меньше.

Можно также увидеть, что, когда двое расставляют одну и ту же систему, реакция заместителей одна и та же, хотя и расставлены они были по-разному. Терапевт следует динамике, которая скорее поможет. Даже если система расставлена не полностью, заместители дают достаточно информации, чтобы увидеть, в чем проблема и где искать решение. Все равно в этом заключено определенное движение. Может быть, не совсем отчетливо, иногда даже совсем не отчетливо, но для решения этого достаточно.

Однажды я услышал от Вернера Гейзенберга одну фразу, которая произвела на меня большое впечатление. Был задан вопрос: «Что есть противоположность ясности?» Великий Гейзенберг ответил: «Противоположность ясности — точность». Это очень красивое слово. Мы работаем хотя и ясно, но не точно.

Толкования ограничивают

УЧАСТНИК: Допускает ли семейная расстановка интерпретации или нужно просто оставить все как есть?

Б. Х. Семейная расстановка допускает различные интерпретации. Но, как правило, они идут клиенту во вред. Интерпретация ограничивает. Семейная расстановка — это многоплановое событие, она скорее подействует, если отказаться от интерпретаций.

203

Пример из физики: если прицельно наблюдать за определенными свойствами субатомарных частиц, из поля зрения исчезают их иные свойства. Более того, частицы, одни свойства которых являются объектом наблюдения, перестают проявлять свои иные свойства. Это применимо по аналогии к психотерапии. Пристальное наблюдение, точные определения, интерпретации лишают нас способности быть искренним и делают невозможным дальнейшее развитие. Поэтому диагнозы в психотерапии зачастую опасны.

Я, например, не позволяю клиенту подробно описывать или объяснять свою болезнь или проблему. Описание или объяснение проблемы только усиливает ее. Не нужно воспринимать это как указание вообще не ставить диагнозов, но стоит поразмышлять над этим.

Воздействие на других членов семьи

То, что заместители в расстановке чувствуют так же, как лица, которых они замещают, действует и в другом направлении. То, что здесь происходит, оказывает влияние и на тех членов семьи, которые при этом не присутствуют.

Когда необходимо остановиться

Терапевт должен отказаться от излишнего. Это важный принцип в нашей работе.

Однажды я получил письмо, автор которого сравнивал семейную расстановку с производением искусства. Когда художник пишет картину, он точно знает, когда она закончена, любой лишний мазок испортит картину. Это отберет у нее силу и глубину.

Терапевт знает, когда семейная картина окончена: когда концентрация энергии максимальна. Тогда ее нужно прервать. Клиент всегда знает, если чего-то не хватает. Сначала он может обратиться к новому образу семьи. В этом обращении через некоторое время его душа найдет дальнейший путь.

204

Смотри вперед -за спиной родители

Когда семейная расстановка окончена и примирение между родителями и детьми состоялось, дети должны повернуться, а родители остаются стоять за ними. Тогда дети смогут с облегчением посмотреть вперед, а родители будут смотреть им вслед. Это прекрасное движение.

С чем необходимо считаться

Клиента, сделавшего расстановку, необходимо после оставить в покое. Нельзя спрашивать его: «Ну как это было?» Это удовлетворение собственного любопытства задевает душу того, кто работал. Когда такое делают, это скверно. Некоторые терапевты считают, что то, что я делаю здесь, — плохо. Это нужно исправить или доработать. Я говорю это честно, но никого не упрекаю. Часто клиенты бывают сбиты с толку, а процесс, идущий в душе, нарушен. И это необходимо учитывать.

Минимализм

УЧАСТНИК: В чем причина того, что в одних семьях переплетения становятся симптомными, а в других — нет?

Б. Х.: Не знаю. Если они есть, я работаю с ними и ищу решение. Ни о чем другом я не думаю.

Это очень смиренная работа, которая затрагивает то, что лежит на поверхности, не обращая внимания на остальное, она не строит теорий и не предъявляет больших требований ни терапевтического, ни морального плана. Я делаю простую работу и отхожу в сторону. Вот, собственно, и все. Я называю это минимализмом. Именно минимальное оказывает глубокое влияние без всякой пустой болтовни. Поэтому такая работа смиренна, совершенно смиренна по своей сути.

205

Действие последует за душой

УЧАСТНИК: Нужна ли еще работа после семейной расстановки?

Б. Х.: Вопрос подразумевает, что результат находится во власти терапевта и принадлежит ему. Ведь только тогда он может думать о продолжении работы, чтобы закончить ее. Но решение не в его власти и не в моей. Решение приходит, если мне повезло. Только если отказаться от желания иметь результат в своей власти, решения приходят сами собой. Тогда расстановка проходит так, что терапевту ничего не нужно делать. Мы не раз могли это видеть.

Я называю это феноменологической психотерапией. Она работает по философскому феноменологическому методу. Это значит — отдаваться во власть феноменов и обстоятельств, не вмешиваясь в них. Это предполагает, например, что забываешь то, что знал. Забываешь и свой собственный опыт совершенно, сосредоточишься и ждешь, пока результат или решение покажется само. Его невозможно выдумать. Это понимание приходит из других глубин, оно даруется.

Если следовать такому пониманию, начинается особое движение, но я им не владею. Я несом иной силой, частью которой являюсь. Эту силу я называю душой. Тот, кто не связан с этой душой, чаще считает, что должен дорабатывать. Иногда необходимость последующей работы вытекает из созвучия с душой, как с душой клиента, так и с собственной душой. Тогда это уместно.

Когда я говорю определенные вещи, зачастую это звучит как руководство к действию. Что-то выявляется, и по поводу этого я говорю нечто, похожее на руководство к действию. Если клиент следует этому указанию, потому что я его произнес, то он в контакте не со своей душой, а со мной. Тогда вряд ли что получится.

Такое указание нужно воспринимать как образ, поместить его в свою душу и ждать, пока душа воспримет его по-своему. Только тогда собственная душа даст правильное указание. Оно может сильно отличаться от того, которое дал я. Это не играет роли. Поскольку я дал только толчок к

тому, чтобы душа потрудились над этим.

206

Оставить картину расстановки позади

Тайна пути заключается в том, что продвигаешься вперед, оставив все прошедшее позади. Это относится прежде всего к духовному уровню. Все, что хочешь удержать, — потеряно. Если, например, кто-то увидел значимый сон и говорит, что надо это запомнить, записывает его, сон теряет свою силу. Это относится и к семейной расстановке. Картина семейной расстановки продолжает действовать, если оставить ее позади. Это часть движения, которое идет дальше. И то, что кажется решением, является только первым шагом. Это еще не все решение. Поскольку на эту картину еще влияет душа терапевта. Только после того, как клиент оставит его позади, душа начинает искать то, что необходимо.

Результат в отсутствие действия

Терапевт, который сдержан, работает с наибольшей силой. Он не бездействует. Он воздействует, не действуя. Воздействие достигается не потому, что он ничего не делает, а потому, что он собран.

Мы это видели. Если я как терапевт вижу, что должен что-то сделать, при этом я собран и сдержан, но не упускаю клиента из виду (или забываю о нем, такое тоже бывает), клиент получит силу, для чего я и должен отступить в тень.

Если я вмешиваюсь, потому что не могу терпеть того, что происходит, то я снимаю нагрузку с себя, но не с клиента. Поскольку сила, которую я применил, потеряна для клиента.

Пустая середина

УЧАСТНИК: У меня такое чувство, что, когда ты работаешь с клиентом, который страдает каким-либо серьезным заболеванием, ты сначала как будто отстраняешься, как бы спрашиваешь свою интуицию о чем-то, как бы ищешь некий образ. Не мог бы ты кое-что рассказать об этом?

207

Б. Х.: Да, когда я не знаю, что делать, я отстраняюсь, это правда. Я отступаю в некую область, которая пуста. Моя голова не отдыхает — напротив. Я концентрируюсь в некоем «пустом пространстве» и жду. И мне приходит, возможно, указание, возможно, возникает некий образ, тогда я начинаю. Потом возникает картина следующего шага и т. д. Я отдаю себе отчет в том, что для меня самого неясно то, что я делаю. Я не уверен и в том, что это поможет. Я пробую что-то из того, что увидел, и снова отстраняюсь.

Я полагаюсь на то, что в душе клиента что-то придет в движение, может, благодаря тому, что я отстранился. Иногда нечто особенное приходит в движение, даже если терапевт не справился. К этому тоже надо относиться спокойно. Так терапевт может не терять связи с реальностью, так же как и клиент, а в душе может развиваться нечто исцеляющее.

Решающее проявится, если ждать. Оно показывается сначала неясно, иногда ясно, ему нужно последовать. Если его ухватить крепко, это помешает тому, чтобы показалось нечто следующее. Итак, самое важное в нашей работе — это войти в нее, дать себя нести и довериться тому, что происходит. Тогда почувствуешь, где больше силы и где меньше.

Как начать сразу с главного? Тот, кто размышляет, что он должен делать и что может, тот не видит

главного. Когда человек смотрит на дерево, стараясь рассмотреть его повнимательней, то видит только один лист. Рассматривая каждый лист, он упускает в целом дерево из виду. Это такой вид внимания — подразумевающий точность и близость рассмотрения.

Но существует и другой вид внимание — внимания, направленное на целое. Не рассмотрение частного, а взгляд на целое. Те, кто уже читал мои книги, вероятно, заметили, что в них можно найти решение далеко не для всех ситуаций, возникших в процессе настоящего курса. То, что написано в книгах, — это отдельные листья дерева. Целое — намного больше.

Необходим особый вид внимания, чтобы найти главное. Я называю это феноменологическим подходом. Я опишу, что происходит со мной, когда я работаю с клиентом. Сначала клиент рассказывает мне что-то, я слушаю в пол-уха. Я не хочу слышать, что именно он говорит мне. Я не хочу знать точно, что он говорит. Я не концентрируюсь на том, что он говорит мне, а сразу смотрю на нечто большее. Вдруг клиент произносит

208

некое слово, от которого я просыпаюсь. В данном случае это были слова: «гражданская война» — отец воевал в гражданскую войну. Во всем, что он говорил, были только эти слова, которые меня заделали. В них энергия. Еще не зная точно, что делать, я знаю: именно с этим я буду работать. Я открываюсь воздействию этих слов и чувствую, кто мне нужен для расстановки. Для меня энергия была сосредоточена в одном человеке — его отце. Я попросил его поставить своего отца. Я не знал, что из этого получится. Я только знал, что отец — очень важная фигура. Тогда клиент поставил своего отца. Затем я ждал, что произойдет. Я увидел движения отца, предался им и понял: в расстановке должен быть кто-то еще, но я не знал точно, кто именно. Я предположил, что это могли быть солдаты, и расставил их, но не знал, что будет дальше.

Произошли некие движения, а когда они закончились, внезапно мне стало ясно: клиента тоже необходимо ввести в расстановку. Я подумал об этом только тогда, не раньше. Я взял клиента за руку, но не знал, куда его поставить. Держа его за руку, я почувствовал, он должен попасть в поле зрения отца, и поставил его таким образом. Я и тогда не знал, что из этого получится. Отец начал движение. Когда клиент оказался рядом с отцом, он стал смотреть на умерших. Я попытался почувствовать, что происходит, когда клиент смотрит на умерших. В этом ли для него решение или нет? Я почувствовал, что там для него решения нет. Тогда я, с некоторым усилием, повернул его голову в сторону от умерших — и решение пришло. Важное предложение поступило от отца. Он почувствовал, что хочет склониться вместе с сыном перед другими. Сам я об этом не подумал. Предложение исходило от отца. Оно пришло из созвучия с целым.

Этот метод — всегда блуждание в потемках, но в созвучии с тем, что выявляется, от чего поступают импульсы и сила, которая ведет вперед.

Теперь представьте себе, что я расспрашивал бы участников, как они себя чувствовали. Это дало бы силу или отняло ее? Отняло бы. Я не хотел знать, что произошло в действительности. Это сохранило силу. При таком подходе нужно знать мало, хотеть знать мало, знать только то, что необходимо для решения. Последствие: то, что происходит, не отягощает терапевта. Он не знает этого и не хочет знать. Как только он захочет знать, это обременит его. Эту работу должно делать с огромной

14-5433

209

осторожностью и глубоким доверием движению, идущему из глубины души, движению, которое ведет к решению.

Иногда продвижение вперед становится невозможным. Сигнал не поступает. Тогда самое трудное для терапевта — это признать, что он не может продолжать. Он должен остановиться в согласии с душой, даже если он оказался несостоятельным. Это к вопросу о подходе. Такой работе можно научиться, отдаваясь ей с открытым сердцем, познавая силы, которые действуют, отрешившись от себя самого и доверяя этим силам.

Мгновение, которое несет

УЧАСТНИК: Не будет слишком личным, если я спрошу, что движет вами в вашей работе? Может, это религиозная основа или религиозный опыт?

Б. Х.: Мною движет мгновение. Ничего больше. И это секрет феноменологического подхода. Я не знаю, что будет. Если ничего не получится, я останусь спокоен.

УЧАСТНИК: Как можно научиться тому, чем движет только одно мгновение?

Б. Х.: Это покажет следующее мгновение.

Решение как созревший плод

Решение — это созревший плод. Он созревает осенью, а не весной. Поэтому решению в душе нужно дать время. В процессе семейной расстановки складывается образ, который должен разбудить в душе силы развития. Этот образ нужно просто принять, не говорить о нем, не думать — просто принять. Проглотить как лекарство и ждать действия. Когда решение приходит, оно совершенно ясное. Если ничего не происходит, ассоциации не помогут. Они только приводят к смятению и потере непосредственного восприятия. Когда ничего не помогает, поможет то, что терапевт доверит клиента его собственной хорошей душе. Нет ничего лучше, чем собственная хорошая душа. Каждый из нас является в определенном смысле ведомым. Если клиент внимателен к своей душе и с ней един, решение придет через некоторое время.

210

Решение и отказ

Решение — это наиболее сложная часть нашей работы. Многие клиенты, увидев решение и чувствуя силы, идут вместе с ним, но недолго и погружаются обратно в прежнюю связь. Решение делает в какой-то степени одиноким того, кто через него проходит. Мы вынуждены отдать должное силе нашей связи с проблемой или переплетением. На пути к решению мы связаны со многими, но несколько иным образом, не так тесно, как прежде. В этой другой связи есть нечто легкое, более спокойное. Это связь на расстоянии. Вот почему некоторые возвращаются к прежним связям. Для них это как возвращение на материнские колени. Это нужно понимать, терапевт должен это понимать. Если он видит такое, то не должен вмешиваться. Оставить все как есть. В итоге все едино.

Решение путем невмешательства

УЧАСТНИК: Ты все время показываешь, как люди связаны лояльностью по отношению к своей семье. Есть ли возможность избавиться от этой лояльности, если признать, что она во вред?

Б. Х.: Не всегда. Иногда лояльность сильна настолько, что решение невозможно. Для решения необходимо распрощаться со своей семьей и быть готовым строить собственную жизнь. Это связано с чувством одиночества. Это огромный шаг. Он требует внутреннего превращения в процессе роста, иногда чего-то вроде духовного перевоплощения во что-то большее. Тогда это получится. А у кого нет внутреннего чутья, кто делает это механически, тот вряд ли сможет это. Лучше всего это получается, если согласиться с тем, что выявляется (таким, как есть), и дать вести себя своей душе, не будучи слишком активным. Нужно довериться внутреннему движению своей души. Это сама по себе новая возможность обращаться с действительностью. Предаться ее

движению вместо того, чтобы контролировать ее. Так решение удается лучше всего.

14'

211

Разрешающие фразы

Разрешающие фразы — это нечто, что выходит за пределы расстановки. Это отдельный шаг, поскольку именно они, собственно, приносят результат. Они связаны с примирением, с одной стороны, с другой — с уважением.

Как терапевт находит такие фразы? Их невозможно придумать. Во время расстановки семьи возникает силовое поле, в котором семья представлена. Терапевт входит в силовое поле. Поскольку он вошел в поле и связан с ним, он получает от поля то, что ведет к решению. Находясь за пределами поля, терапевт не сможет найти разрешающую фразу. Такие фразы всегда очень просты и обращены непосредственно к душе. Они меняются в зависимости от ситуации. Их невозможно просто записать и использовать как часть репертуара, каждая из них точно соответствует конкретной ситуации, такой, как есть. Они — результат внутренней позиции, позиции уважения ко всем участникам. Только так можно найти разрешающие фразы.

Разрешающие фразы, которые мы иногда используем в нашей работе, придуманы не мной. Я ощущаю резонанс от контакта с душой клиента и силового поля, в котором он движется. Фраза приходит из резонанса с полем, и тогда я произношу то, что воспринимаю из этого резонанса. Вот почему такие фразы нельзя применять стереотипно, они всегда должны идти от ситуации, в каждую нужно заново вчувствоваться и только потом произнести. Фразы, которые пришли кому-то, как бы живут в нем. Они меняются соответственно колебаниям души. Тогда они точны и хороши.

Но в конце происходит кое-что еще. Это по ту сторону расстановки. Когда терапевт входит в силовое поле (а это силовое поле особого рода), он слышит, что говорит душа. Например, такую фразу: «Я ваша сестра». Такую фразу терапевт слышит внезапно, если он связан с полем. Такое невозможно выдумать. Терапевт слышит разрешающую фразу и произносит ее. Если *это* та фраза, она вызывает непосредственный резонанс. Это можно было наблюдать у одной клиентки, когда она произнесла: «Я еще немного останусь со своим мужем». Как изменилось при этом ее лицо. Такую фразу терапевт должен

212

услышать, нельзя гадать, что бы это такое могло быть. Как только он начнет гадать — контакт утрачен. Отсюда правило: лучше ничего не говорить, чем высказывать предположения. Иначе клиент будет введен в заблуждение, и поток, который его несет, будет прерван. Необходима известная тренировка (в том числе для клиента), прежде чем решиться. Это относится в равной степени и к терапевту.

По сути, нужно соединить то, что было разъединено. Кроме того, очевидно, что эта работа выходит далеко за пределы семейной расстановки. Если ограничиться только расстановкой, можно получить некоторую информацию и найти некое решение. Но то, что освобождает душу в самой ее глубине, что исцеляет, приходит позже. Это «установить связь» при помощи исцеляющих слов.

Эти слова терапевт слышит. Он прислушивается к душе и слышит эти слова или видит их, когда как. Услышанное он произносит. Если это правильные слова, они вызывают непосредственное действие. Когда терапевт их придумывает, в смысле: «Давайте попробуем вот это», он экспериментирует. В такой момент терапевт теряет контакт с душой, и клиент закрывается.

Терапевт должен услышать эти слова. Для этого он должен вчувствоваться в ситуацию. Если он погрузился в ситуацию, он находится в силовом поле, которое дает ему разрешающую фразу.

Восприятие терапевта, который находится в расстановке и движется в ней, отличается от восприятия зрителей. Такое можно ощутить, только если это попробовать самому, а не быть лишь зрителем. Терапевт исполнен любовью ко всем присутствующим. Терапевт работает от чистого сердца и во имя мира.

Глубины души

Мы работаем со скрытыми силами, которые зачастую нам недоступны. Как это возможно, чтобы судьбы, о которых не было известно, повторялись из поколения в поколение? Как это возможно, что во время курса, в процессе расстановок, мы видим, что существуют решения, к которым нас ведет душа,

213

хотя мы и не можем предвидеть конца того пути, по которому она ведет нас?

Совершенно очевидно, что глубины души различны: одна более поверхностна, другие — значительно глубже. В последних противоположности, такие как, например, добро и зло, жизнь и смерть, здоровье и болезнь, покоятся в связи с чем-то большим. В нашей работе мы шаг за шагом погружаемся все глубже и не видим конца. От курса к курсу я замечаю, как погружаюсь все глубже и глубже. Я не могу этим управлять и не могу этого предвидеть.

Говоря о душе, я подразумеваю нечто иное, чем принято считать. Это не то, что мы можем иметь или чем можем обладать. Это нечто, что объединяет нас в некие сообщества, каждое из которых крупнее предыдущего. Это части нашего тела, семья, род, народ и за его пределами другие, в которых имеется нечто, что объединяет. Они направлены на то, чтобы снять отдельные противоречия. Чем более мы доверяемся этому процессу, тем более размытыми становятся границы одного человека по отношению к другому. Итак, нечто объединяет нас с общим знанием и, как мне кажется, ведет к общей цели. Этот глубинный слой я называю Большой Душой.

Хочу предостеречь вас от того, чтобы, употребляя слово «душа», вы не воспринимали душу как нечто управляемое или поддающееся влиянию. Вопрос, что такое душа, остается открытым. Я называю это Большой Душой только потому, что не могу придумать иного названия. Я обращаюсь с ней с благоговением и глубоким уважением. Когда я с кем-нибудь работаю, я пытаюсь войти в резонанс с тем, что связывает нас на уровне души. Я стараюсь почувствовать, находится ли моя душа в резонансе с его душой, а его душа — с моей. Если такое невозможно, я не смогу работать. Я не вправе вторгаться, если нет согласия в движениях души: моей души, души клиента и Большой Души. Если вы настроены на такую работу, такое взаимодействие, нам будет легче общаться друг с другом.

Я хотел бы еще обратить ваше внимание на нечто важное. Некоторые в такой степени находятся в плену своей семьи, что не смеют знать, что происходит там или происходило. Они, например, не вправе знать некоторых членов своей семьи. Они не вправе знать о некоторых событиях. Такие люди связаны со своей семьей поверхностно и отрезаны от более глубокого уровня своей души и от Большой Души.

214

*

Когда человек боится посмотреть в глаза реальности, озвучить правду о своей семье, его связь с семьей остается поверхностной, ему и его семье не найти решения. Если же он чувствует

ситуацию, он может довериться Большой Душе. Не только он сам, но вся семья, все ее члены. Когда клиент достигнет этого уровня, он сможет найти решение, правильное для всех — с уважением.

«Я останусь еще ненадолго»

УЧАСТНИЦА: Я хочу спросить, почему вы иногда просите клиента произнести «Я останусь еще ненадолго»? Имеет ли значение это «немного»?

Б. Х.: Это имеет большое значение, и вы задали очень важный вопрос. В семьях существует непреодолимая тяга к уравниванию приобретений и потерь. Если кто-то понес утрату (сестра умерла рано), то переживший это зачастую не осмеливается принять свою жизнь во всей полноте. Он чувствует потребность в уравнивании. И полной компенсацией этому, по его представлению, может быть только его собственная смерть. Такая компенсация соответствует магическому мышлению. Задачей терапии будет — избавить живущего от чувства вины перед умершим или смягчить его. Фраза: «Ты умер, а я поживу еще немного, а потом умру», поможет пережившему воспринимать свою жизнь не как притязание, а как нечто, что нужно завершить, и как подарок. Тогда его жизнь не противопоставлена смерти. Произнося такую фразу, клиент солидарен с умершим, и это оказывает целительное действие.

В этих словах заключена сила. Но их необходимо немного менять в зависимости от ситуации момента. Их нельзя воспринимать как лекарство, которое принимаешь и ждешь, что оно подействует само. Каждый раз нужно заново вчувствоваться.

Привычное и доступное

В процессе семейных расстановок выявляются, насколько могущественны силы, действующие в семье. Зачастую мы даем

215

несостоятельные объяснения тому, что происходит (когда, например, кто-то покончил жизнь самоубийством), просто из-за того, что не понимаем силу водоворота, действующего в самой глубине. Расстановки показывают, насколько сильно мы вплетены во многие судьбы, такие, о которых мы иногда и не знали. Это очень серьезно, поскольку мы кроме прочего несем и часть страданий всего человечества. Часто мы хотим участвовать в этом страдании. Я думаю, что нередко причиной психозов становится именно погружение в большое страдание, в глубокие и многослойные судьбы и участие в них.

Здесь я вижу только одно решение: погружение в нечто совершенно привычное, повседневное и доступное. Связь с обыденным исключает погружение во всеобщее страдание. Оно слишком велико. Наше душевное равновесие очень подвижно. Смотреть на это просто невыносимо. Это выходит за пределы наших сил. В итоге остается лишь привычное, спокойное исполнение: муж, жена, дети, игра, досуг, счастье и горе — такие, как есть. Так сохраняется легкость души. У легкости души наибольшая сила. Самое сильное и есть самое простое. Если есть желание, можно научиться этому переходу в легкость. Это происходит прежде всего в повседневном исполнении.

Исцеление семейной души

УЧАСТНИК: Может ли быть такое, что семейная душа исцелится сама, что в семье рано или поздно появится кто-то, кому будет дано восстановить мир, сделать так, чтобы семейная душа сама обрела мир?

Б. Х.: Душа живет во многих измерениях. Одни узки, другие шире. Если рассматривать душу в пределах тела, она узка и ограничена. Можно рассматривать ее в пределах семьи или рода. Здесь

она шире, но все же ограничена определенным кругом лиц. Как в пределах тела, так и в пределах семьи или рода душа, с одной стороны, стремится обрести полноту, т. е. следить за тем, чтобы все члены семьи присутствовали в ней, с другой стороны, душа стремится избавиться от больного, поскольку это вредит всем другим членам семьи. Это относится как к телу, так и ко всей семье. Убийцы, например, ставят семейную сис-

216

тему под угрозу, поэтому необходимо вывести их за пределы системы. Семья должна изгнать их.

Но существует и такое измерение души, которое включает в себя целое. В пределах Большой Души объединяются все, в том числе убийцы и их жертвы. Это необходимо понимать. Все зависит от того, на каком уровне работать. Если работать на уровне семьи, убийц необходимо исключить. При работе на более высоком уровне все члены семьи объединены. Члены семьи могут примириться с убийцами в их середине, когда посмотрят на них на более высоком уровне, примут их и обретут там покой и мир.

Молния

УЧАСТНИК: В стране полно терапевтов, которые занимаются семейными расстановками, иногда за большие деньги. А может быть такое, что кто-то нанесет вред, если он работает недостаточно бережно и не вполне компетентен?

Б. Х.: Молния ударит в того, кто держит руку, вытянутую вверх. Нужно многое уметь, чтобы причинить вред. В этом всегда участвуют двое. Кто говорит, что ему навредили, свободен в том, чтобы в любое время оставить это позади и жить нормально. Упреки в адрес терапевта — это отказ клиента взять свою жизнь в свои руки.

Старина Фрейд из Вены сделал одно интересное наблюдение: новички, которые умеют мало, успешней тех, кто многое умеет. Это связано с тем, что от души клиента требуется больше, и с остальным она справляется сама.

Когда удается расстановка: обзор *Путь познания*

К пониманию ведут два движения. Первое спешит познать неизвестное, завладеть им, получить в свое распоряжение. Научные исследования - это движения подобного рода, и мы знаем, как сильно они изменили наш мир и нашу жизнь, защитили и обогатили ее.

217

Второе движение возникает, если мы, удерживаясь *от* первого поспешного движения, направляем свой взгляд не на что-то конкретное, но на Целое. Так наш взгляд открыт для того, чтобы увидеть многое одновременно. Предаваясь такому движению, мы замечаем, что наш взгляд, будучи направлен, например, на некий ландшафт, некую задачу или проблему, одновременно и пуст и полон, как взгляд в долину. Отдаться полноте и выдержать это мы сможем, только если сначала откажемся от рассмотрения деталей. В процессе поспешного движения «хочу схватить» необходимо остановиться и постепенно отходить назад, пока не вступим в пустоту, которая устоит перед полнотой и многообразием.

Такое остановленное движение, идущее назад, я называю феноменологическим. Оно ведет к иному пониманию, чем то, которое стремится к познанию. И оба дополняют друг друга. А потому и На размашистом научном пути познания мы вынуждены останавливаться, чтобы перевести наш взгляд с узкого на более широкое, с близкого на далекое. Но и феноменологическое понимание требует проверки отдельного и следующего.

Процесс

На феноменологическом пути познания мы предаемся событиям во всем их многообразии, не выбирая и не оценивая их. Такой путь познания требует от человека «стать пустым» как в отношении существующих представлений, так и в отношении внутренних движений, какого бы свойства они ни были: чувственного, волевого или оценочного. Внимание при этом одновременно направленно и рассеянно; и собранно и пусто.

Феноменологическая позиция требует напряженной готовности к действию, но без исполнения. Такое напряжение позволяет нам быть в высшей степени способными и готовыми к восприятию. Кто выдержит такое напряжение, тот через некоторое время узнает, как многое стекается в середину, и сможет внезапно понять суть, возможно, порядок, правду или следующий шаг. Это понимание приходит извне, познается как дар и ограничено, как правило.

218

Семейная расстановка

Чего позволяет добиться феноменологический подход и чего он требует, наиболее наглядно можно увидеть и описать в процессе семейной расстановки. Поскольку сама расстановка, с одной стороны, результат феноменологического пути познания, с другой стороны, феноменологический подход работает там, где речь идет о наиболее существенном, и только при условии сдержанности и доверия к приобретенному таким образом опыту и пониманию.

Клиент

Что происходит, когда клиент в процессе терапии делает расстановку своей семьи? Сначала он выберет из группы заместителей для членов своей семьи: для матери, отца, братьев, сестер и для себя самого. При этом не играет роли, кого именно он выберет. Будет даже лучше, если он будет выбирать заместителей независимо от внешности и без конкретного намерения, поскольку это первый шаг к смирению и отказу от намерений и прежних образов. Кто выбирает по внешним признакам — возрасту или телосложению, тот не открыт для важного и скрытого. Он ограничивает возможности выражения расстановки внешними признаками, и расстановка для него, возможно, заранее обречена на неудачу. Поэтому нет ничего страшного в том (а иногда даже лучше), что терапевт сам выбирает заместителей, которых клиент затем расставит. Единственное, что должно быть учтено, это пол заместителей: для женщин — женщины, для мужчин — мужчины.

Когда заместители выбраны, клиент должен расставить их в пространстве по отношению друг к другу. Хорошо, если клиент возьмет каждого из заместителей обеими руками за плечи и расставит. В это время он должен оставаться собранным, следовать своему внутреннему движению, пока на ощупь не определит подходящее каждому место. Когда клиент ставит заместителей, он находится в контакте не только с самим собой и заместителем, но и со всеми остальными, от них идут сигналы, позволяющие найти для каждого соответствующее место. То же необходимо проделать и со всеми остальными заместителями, пока каждый из них не займет свое место. В

219

процессе клиент забывает о себе. Он «очнется», когда расставит всех заместителей. Иногда полезно, чтобы клиент, уже расставив заместителей, еще раз обошел всех и поправил что-то в соответствии с внутренним ощущением. Затем клиент садится.

Если клиент будет расставлять заместителей, не будучи собранным и отрешенным, это сразу станет заметным. Он, например, попытается придать заместителю некоторую позу, как у скульптуры, или расставляет слишком быстро, как будто следует некой внутренней картине, или может забыть поставить одного из заместителей. Или он начинает объяснять, что заместитель уже

стоит на своем месте. Если расставлять таким образом, расстановка может зайти в тупик.

Терапевт

Чтобы расстановка удалась, терапевт должен отказаться от своих намерений и представлений. Будучи сдержанным и собранным, он сразу заметит, если клиент будет пытаться делать расстановку под влиянием заранее сложившихся у него образов или избегая того, что выявляется в процессе расстановки. Терапевт должен помочь клиенту собраться и быть готовым отдаться на волю происходящего, а если это невозможно, расстановку следует прервать.

Заместители

От заместителей также требуется отказ от собственных представлений, намерений и страхов. Это означает, что они во время расстановки должны внимательно следить за изменениями, которые происходят с ними на физическом и чувственном уровнях. Такими, как, например, учащение сердцебиения, желание смотреть на пол, внезапное чувство тяжести или легкости, гнева или скорби. Важно, чтобы они внимательно относились к возникающим у них внутренним образам и внутренним шумам или словам, которые могут услышать.

Например, один американец, замещавший в расстановке отца клиента и изучавший в тот период немецкий язык, все

220

время слышал одну немецкую фразу: «Скажите: Альберт!» Позже он спросил клиента, говорит ли ему о чем-нибудь имя Альберт? Тот ответил: «Конечно, Альбертом звали моего деда и моего отца, и Альберт мое второе имя».

Другой заместитель, который исполнял в расстановке роль сына, отец которого погиб в результате вертолетной аварии, все время слышал шум вертолетного мотора. В свое время сын, сам управляя вертолетом, попал в аварию вместе со своим отцом, но тогда оба остались живы.

Конечно, заместитель должен сам обладать способностью вчувствоваться, готовностью отказаться от собственных представлений, чтобы расстановка удалась. Задача терапевта — внимательно следить за тем, чтобы восприятие заместителя не подменялось его собственными фантазиями. Этой опасности и терапевту, и заместителям тем проще избежать, чем меньше им известно о семье.

Вопросы

Феноменологическое восприятие удастся лучше всего, если задавать только самые необходимые вопросы, причем непосредственно перед расстановкой. Следующие вопросы являются необходимыми:

1. Кто является членом семьи?
2. Были ли в семье мертворожденные дети или дети, умершие в раннем возрасте? Встречались ли особенные судьбы, например инвалиды?
3. Состоял ли кто-либо из родителей или их родителей в серьезной связи до замужества или женитьбы (помолвлен или женат/замужем), состоял ли в длительной связи?

Собирание последующего анамнеза, как правило, затрудняет феноменологическое восприятие как для терапевта, так и для заместителей. Поэтому терапевт должен отказаться от предварительных

разговоров и опросов, которые выходят за рамки вышеперечисленных вопросов. По той же причине во время расстановки клиент ничего не должен говорить, а заместители не должны задавать клиенту никаких вопросов.

221

Собранность

Некоторые заместители пытаются определить по виду расстановки, что они чувствуют, вместо того чтобы сконцентрироваться на физическом восприятии и внимать непосредственному внутреннему чувству. Один заместитель отца сказал, например, что он чувствует себя в конфронтации по отношению к своим детям, потому что они стоят напротив него. Но когда он прислушался к внутреннему чувству, он заметил, что хорошо себя чувствует. Внешняя картина отвлекла его от непосредственного восприятия.

Иногда заместитель, испытывая какое-то постыдное чувство, умалчивает о нем. Например, если отец испытывает к дочери эротическое влечение. Или мать, которая чувствует себя лучше, если один из ее детей хочет последовать за умершим родственником в смерть.

В таких случаях терапевт должен внимательно следить за мельчайшими телодвижениями — сигналами заместителей, например, кто-то улыбнулся или выпрямился, или заместители непроизвольно потянулись друг к другу. Заместители могут проверить свое восприятие, если терапевт озвучил свое.

Некоторые заместители из лучших побуждений что-то говорят клиенту, т. к. думают, что могут этим помочь или утешить. У таких заместителей нет контакта с происходящим, их необходимо немедленно заменить другими.

Знаки

Терапевта, который сам не находился продолжительное время в состоянии бесстрашного сосредоточенного восприятия ситуации, поверхностные высказывания заместителей могут вывести на ложный путь или завести в тупик. У других заместителей это тоже вызывает растерянность.

Существует верный знак, который показывает, идет ли расстановка правильным путем или нет. Если у наблюдателей отмечается снижение внимания, беспокойство — у расстановки больше нет шансов. Чем быстрее терапевт прервет такую расстановку, тем лучше. Прерывание поможет всем участникам снова сосредоточиться и через некоторое время начать сначала. Иногда от наблюдателей поступает некий знак, ведущий к про-

222

должению. Но он должен основываться на восприятии. Если кто-то гадает или толкует, это приводит к еще большему смущению. В этом случае терапевт должен прекратить дискуссию и помочь группе вновь сосредоточиться и сплотиться.

Открытость

Я подробно рассказал о способах действия и препятствиях, которые могут встречаться, для того чтобы показать, как предотвратить «легкомысленные» расстановки. В противном случае метод семейной расстановки может быть дискредитирован.

Некоторые применяют иные подходы при работе с семейными расстановками. Если это делается собранно и сосредоточенно, это может иметь успех. Если же это вызвано потребностью в профессиональном обособлении и размежевании, феноменологическое откровение ограничено ввиду появления определенных намерений. Проявление индивидуальности уместно, если удастся достичь нового восприятия, верность которого подтверждается результатом, которым можно поделиться с другими.

Если же желание самоутверждения связано с попыткой следовать теоретическим представлениям или обусловлено определенными намерениями и страхами, если оно отказывается принять действительность такой, как есть, такое самоутверждение ведет к потере феноменологической готовности к восприятию с соответствующими последствиями для терапевтического воздействия.

И если семейная расстановка имеет своей целью удовлетворение любопытства, она лишена серьезности и силы. От огня останется лишь пепел, а от пальто — хлястик.

Начало

Но вернемся к расстановкам. Первый вопрос, на который должен ответить терапевт: какую семью клиента нужно расставлять: родительскую или его собственную? Практика подтвердила, что если начать с собственной семьи клиента, то позже в расстановку можно ввести и таких членов

родительской

семьи клиента, которые оказывают сильное влияние на его нынешнюю семью. Таким образом, можно получить картину, которая покажет отягощающее и исцеляющее влияния семьи, идущие через несколько поколений. И только если судьбы некоторых членов родительской семьи особенно тяжелы, начинают с расстановки родительской семьи.

Следующий вопрос: с кого начать расстановку? Начинают с основных членов семьи: матери, отца и детей. Если кто-то из детей был рожден мертвым или рано умер, его нужно ввести в расстановку позднее, чтобы увидеть, какое влияние он оказывает на семью, если он появился в поле ее зрения. Правило таково: начинать нужно с небольшого количества участников и далее смотреть, как при их участии шаг за шагом развивается расстановка.

Подход

Когда заместители расставлены, необходимо дать клиенту и заместителям некоторое время проникнуться сложившейся картиной и дать ей подействовать. Часто заместители реагируют спонтанно, например, начиная дрожать, или опуская голову, тяжело дыша, или глядя друг на друга заинтересованно или с любовью.

Некоторые терапевты слишком рано начинают расспрашивать заместителей об их состоянии, мешая тем самым процессу или пресекая его. Тот, кто слишком скоро начинает опрашивать заместителей, подменяет этим собственное восприятие и приводит в смущение самих заместителей.

Терапевт должен сначала дать подействовать картине в себе самой. Часто он сам сразу видит, кто находится в опасности или отягощен чем-либо. Если, например, кто-то отвернулся или оказался в стороне от других, терапевт видит, что тот хочет уйти или умереть. Тогда терапевт должен, не задавая никаких вопросов, отвести такого заместителя еще на несколько шагов в том направлении, в котором он смотрит, чтобы посмотреть, какое воздействие такое изменение окажет на других

участников.

Если все участники смотрят в одном направлении, терапевт сразу знает, что перед ними должен стоять еще кто-то, кто забыт или исключен, например, рано умерший ребенок или

224

прежний жених матери, погибший на войне. Тогда терапевт спрашивает клиента: «Кто это может быть?» — и вводит названного в расстановку, прежде чем кто-либо из участников что-то скажет.

Или если мать окружена детьми таким образом, что кажется, что они не дают ей уйти, терапевт спрашивает у детей, что произошло в семье их матери, что может объяснить такое стремление уйти. Тогда он сначала ищет облегчение или решение для матери, прежде чем продолжить работу с остальными.

Итак, терапевт развивает начальную картину расстановки, получая дополнительную информацию от клиента для следующего шага, но не больше, чем это необходимо. Таким образом, расстановка сохраняет свою концентрацию на существенном, особую плотность и напряжение. Каждый лишний шаг, каждый лишний вопрос, каждая дополнительная фигура, которая не нужна для решения, уменьшает напряжение и отвлекает от важных фигур и событий.

Уплотненные расстановки

Иногда достаточно включить в расстановку только двух лиц, например, мать и ее сына, больного СПИДом. Тогда терапевту даже не нужно давать никаких указаний. Он предоставляет заместителей их чувствам и движениям, которые идут из силового поля. Заместители не должны при этом ничего говорить. Так разыгрывается безмолвная драма, при которой выявляются не только чувства участников, но и движение, которое покажет, какие шаги еще возможны или уместны для обоих.

Пространство

Во время расстановки проявляется удивительное действие феноменологической позиции и феноменологического подхода. Сдержанность терапевта и группы участников создает пространство, в котором выявляются отношения и переплетения, движение в направлении решения, движения заместителей, обусловленные действием мощной внешней силы. Сила, приводящая заместителей в движение, показывает, насколько не-

15-5433

225

достаточны или неудачны психологические или философские предположения.

Участие

Во время расстановки в первую очередь проявляется знание в силу участия. Заместители в расстановке ведут себя и чувствуют как люди, которых они замещают, несмотря на то, что ни терапевт, ни они сами не располагают информацией о них помимо ранее указанных внешних факторов или событий. Порой клиент ошеломлен, когда заместители высказываются так же, как и реальные лица, или у них возникают симптомы реальных людей. Из этого можно заключить, что и члены реальной семьи также обладают знанием в силу участия, для их души нет ничего тайного об их семье.

Недавно одна знакомая рассказала мне об одной женщине, отец которой был евреем, но скрыл это от своих детей, крестив их всех. Об этом она узнала незадолго до его смерти. Она также узнала,

что у ее отца было две сестры, которые погибли в концлагере. Та женщина сменила одну за другой много профессий. Сначала она была крестьянкой, затем занималась реставрацией старинной мебели, пока не приобрела свою нынешнюю профессию терапевта. Когда она узнала больше о жизни своих умерших теток, оказалось, что одна из них держала крестьянский двор, а другая антикварный магазин. Ничего не зная об этом, она последовала профессиям обеих и таким образом была с ними связана.

Силовое поле

Остается загадкой, как это объяснить. Руперт Шелдрейк с помощью многочисленных экспериментов и опытов доказал, что поведение собаки всегда покажет, если ее хозяин или хозяйка направляется домой, и что она также сразу замечает, если этот путь прервался. Собаки иногда чувствуют это, даже если это путь с другого континента. Значит, существует некое поле, посредством которого они находятся друг с другом в непосредственной связи.

226

Умершие

Поведение заместителей (т. е. поведение и судьбы реальных членов одной семьи) показывает, что они связаны и с теми, кто давно умер. Как иначе можно объяснить, что в одной семье мужчины из разных поколений на протяжении последних ста лет кончали жизнь самоубийством 31 декабря 27 лет от роду? И позднее выяснилось, что первый муж прабабушки скончался 31 декабря 27 лет от роду и, вероятно, был отравлен прабабушкой и ее будущим мужем.

Душа

В расстановке действует больше, чем просто силовое поле. Действует общая семейная душа, которая связывает между собой не только живущих, но и умерших членов одной семьи. Семейная душа охватывает только определенных членов семьи, и по широте охвата ее действия мы видим, каких членов семьи она охватывает и призывает к себе на службу. Начиная с более поздних, это следующие:

1. Дети, включая мертворожденных и умерших в детстве;
2. Родители и их братья и сестры;
3. Бабушки и дедушки;
4. Иногда кто-либо из прародителей и даже более ранние предки;
5. Все (и это особенно важно), кто освободил в системе место для вышеназванных членов семьи, это в первую очередь все прежние партнеры родителей и их родителей, а также все те, несчастье или смерть которых принесли семье выгоду или доход;
6. Жертвы насилия или убийств, которые были совершены членами семьи.

О последних я хотел бы сообщить нечто, что я узнал из опыта недавно. При расстановках с потомками людей, которые скопили большое богатство, я заметил, что среди их внуков и правнуков часто встречались плохие судьбы, которые невозможно было объяснить только событиями, происходившими в семье. И только когда жертвы, жизнь или несчастье которых стали ценой приобре-

15*

227

тенного богатства, включались в расстановку, степень влияния жертв на судьбы потомков становилась очевидной.

Примером того могут служить рабочие, погибшие при строительстве железной дороги или бурении нефтяных скважин. Их вклад в создание богатства и благополучия предпринимателей не был оценен по достоинству.

Многие расстановки с участием потомков убийц, например, эсэсовцев во времена Третьего рейха, показали, что их внуки и правнуки хотели в расстановке лечь рядом с жертвами и были в высокой степени склонны к самоубийству.

Решение для обеих групп было одинаковым. Нужно было, чтобы все члены семьи посмотрели на жертв и отдали им должное. Все они должны склониться перед жертвами и скорбеть о них. Затем бывшие преступники и те, кто обогатился за счет других, должны были лечь рядом с жертвами, а остальные члены семьи должны отпустить их туда. Только тогда потомки будут свободны.

Из приведенных примеров становится видно, что члены одной семьи ведут себя так, как будто обладают общей душой и как будто они находятся на службе некой общей заданной инстанции, которая служит определенным порядкам, преследуя определенные цели.

Любовь

В первую очередь мы замечаем, что семейная душа соединяет членов семьи друг с другом. Эта связь настолько крепка, что ребенок чувствует стремление последовать за рано умершим *отцом* или матерью. Так же и родители, и бабушки, и дедушки порой испытывают стремление последовать за своими рано умершими детьми и внуками. Такое стремление можно наблюдать и у партнеров. Если один из них умирает, то и второй не хочет больше жить.

Компенсация

Во-вторых, мы видим, что семья во многих поколениях испытывает потребность в компенсации приобретений и по-

228
теперь. Это значит, что приобретенное за чужой счет оплачивается собственными потерями, и это компенсация. Или, если речь идет о преступниках, платят, скорее всего, не они сами, но их потомки. Потомки, сами того не сознавая, «призываются к ответу» вместо преступников для компенсации в семейной душе.

Преимущество старших

Семейная душа отдает преимущество старшим перед младшими, и это третье движение порядка, которому следует семейная душа. Младший готов умереть вместо старшего, если считает, что может этим предотвратить смерть старшего. Младший готов искупить вину старшего. Дочь может замещать прежнюю жену отца и будет так себя вести по отношению к отцу, как будто она ему жена, а матери — соперница. Если же с прежней женой отца поступили несправедливо, дочь будет демонстрировать родителям чувства этой женщины.

Полнота

Здесь мы видим четвертое движение порядка, которому следует семейная душа. Она следит за полнотой семьи и восполняет потери путем замещения более ранних членов семьи более поздними.

В этой книге я только коротко коснулся движений семейной души и границ порядков, которым она следует. Подробно я описал их в своих книгах «Die Mitte fñhlt sich leicht an» («И в середине тебе станет легко») в главах: «Вина и невиновность в отношениях»; «Границы совести»; «Тело, душа, жизнь и смерть», а также в моей книге «Ordnungen der Liebe» («Порядки любви») в главе «Причины заболеваний в семьях и их исцеление».

Решения

Возникают вопросы: как терапевту найти решение для клиента? Что означает феноменологический подход для поиска решения?

229

Феноменологический подход означает: идти от близкого к далекому и от узкого к широкому. Это значит, что вместо того, чтобы смотреть на клиента, терапевт должен смотреть на всю семью. Вместо того чтобы смотреть на клиента и его семью, терапевт должен смотреть через них на силовое поле и душу, частью которой они являются. Поскольку очевидно, что как человек, так и вся его семья охватываются большим полем и большей душой, они на службе и используются ими. Так же и понимание проблемы, и возможное решение приходят только из связи с чем-то большим.

Если я хочу помочь душе клиента, я смотрю, как ею управляет семейная душа. Но если я и здесь вижу только клиента и его семью, я, может быть, узнаю только порядки и законы, которые ведут к переплетениям. Чтобы найти решение, я должен найти подход к силовому полю и измерениям души, которые объемней, чем клиент сам и его семья. Эти измерения души не поддаются влиянию. Мы можем только им открыться. Потому что, если речь идет о главном, видение и разрешающие картины, фразы и шаги даруются нам Большой Душой. Терапевт открывается воздействию Большой Души путем отказа от намерений и страха, включая страх оказаться несостоятельным. Тогда ему внезапно даруются образ, слово или фраза, которые станут следующим шагом. И это всегда шаг в темноту. Только в конце выяснится, что это был тот шаг, который нужен. Мы соприкасаемся с такими измерениями души благодаря феноменологическому подходу. Это значит, скорее путем сосредоточенного бездействия, нежели действия.

Посредством сосредоточенного настоящего терапевт помогает клиенту занять такую позицию, которая даст ему понимание и силу. Нередко клиент не в силах это выдержать и снова замыкается. Тогда терапевт должен согласиться с такой сдержанностью. Тогда он не позволяет себе переплестись с клиентом и его семьей ни внешним, ни внутренним намерением. Возможно, это звучит жестко, но опыт показал, что видение, полученное таким образом, несовершенно и проходяще — как для терапевта, так и для клиента.

В заключение я бы хотел вернуться к началу, к различию между феноменологическим и научным путями познания. Много лет назад я сформулировал его в одной истории.

230

История «Два рода знания»

Спросил ученый мудреца, как Единичное сосуществует с Целым и чем отлично знание о Многом от знания о Полноте.

Мудрец сказал:

«Становится разрозненное целым, когда свое находит средоточье и действует совместно.

Лишь через средоточье Множество становится

действительным

и важным,

и Полнота его

тогда нам кажется простой,

почти что малой,

спокойною,

на ближнее направленною силою,

что остается внизу и

близко к несущему.

Поэтому, чтоб Полноту постичь

или поведать,

мне нет нужды в отдельности

все знать,

говорить, иметь

и делать.
Ибо кто хочет попасть в город,
через одни ворота входит.
Кто в колокол ударит раз,
одним лишь звуком будит многие другие.
Тому, кто с ветки яблоко сорвал,
не нужно в суть вникать его происхождения.
Он просто держит его в руке
и ест».

Ученый возразил:
«Кто хочет истины,
тот каждую подробность знать обязан».
Мудрец и это опроверг:
«О старой истине известно очень много.
Та истина, что путь прокладывает дальше,
нова
и требует отваги.

Ибо исход ее,
как дерево в ростке,
в ней же самой сокрыт.
И потому, кто действовать не смеет,
желая больше знать,
чем следующий позволяет шаг,
тот упускает то, в чем сила.
Он принимает
монету за товар,
а из деревьев
делает дрова».

Ученый посчитал,
что это только часть ответа,
и попросил
дальнейших объяснений.
Но мудрец лишь головою покачал,
поскольку Полнота сначала что бочка,
молодого полная вина:
оно сладко и мутно.
Дать нужно время ему
перебродить,
пока оно прозрачным станет.
Кто станет пить,
не ограничившись глотком на пробу,
тот, опьянев,
теряет равновесье.

(Перевод Ирины Беяковой)

Семейные расстановки и движения души

Предварительное замечание: нижеприведенное интервью было записано в Вашингтоне. Вопросы задавал Харальд Хонен.

— Я предлагаю дать несколько опорных слов и задать несколько вопросов. Я полагаю, многие связывают твое имя только с семейными расстановками и порядками любви. Это существенная часть твоей работы, но ты пошел в своей работе дальше, а именно к тому, что выявляет значение движений души. Я бы хотел поговорить с тобой об этом и задать вопросы о твоём опыте по этой теме, накопленном до настоящего времени.

Я сопровождаю тебя уже на протяжении некоторого времени. Насколько я помню, иногда ты

проводишь расстановку только с двумя-тремя людьми, при этом ты ничего не говоришь им, так что заместители могут руководствоваться только своими внутренними движениями. Я вспоминаю о расстановке, которую ты делал для одного мужчины из Фрайбурга. Его жена лежала в коме и в коме родила ребенка. Похожую расстановку ты делал в Испании. Если бросить взгляд, как бы ты описал переход от семейной расстановки к движениям души?

— Прежде чем подробно остановиться на движениях души, я хотел бы сказать о том, что привело меня к пониманию порядков любви. Это было понимание совести. Понимание различия между личной совестью, которую ощущает каждый человек, и совестью неосознаваемой, родовой, явилось началом этого пути. Тот, кто не видит этих различий, не поймет, что происходит во время семейной расстановки. И прежде всего он не поймет, каковы соответствующие решения.

Порядки родовой совести

Родовая совесть — это совесть более древняя и архаичная, нежели совесть личная. Она возникла до того, как человек смог выделиться из рода как личность, а значит, и следовать своей собственной личной совести. Родовая совесть — это совесть группы. Такая группа монолитна благодаря некой общей ин-

233

станции, которая следит за тем, чтобы в данном роду соблюдались определенные порядки; за тем, чтобы нарушение таких порядков наказывалось или исправлялось; чтобы в напоминание о тех, кто был забыт или с кем обошлись несправедливо, их судьбы позже повторялись.

Род этот строго ограничен. Он включает детей и родителей, сестер и братьев родителей, родителей родителей, некоторых из прародителей, а также тех, кто был исключен из рода, т. е. предан забвению. Это, как правило, рано умершие или исключенные в силу других причин, чаще всего так называемых моральных причин. К роду также относятся и те, кто определенным образом виновен перед ним, кого исключили, например, первая жена мужа. К данному роду относятся и те, кто сделал что-либо дурное по отношению к одному из членов семьи, их мы также исключаем, поскольку злы на них, иными словами, это преступники и прежде всего убийцы. Похоже, родовая совесть не допускает, чтобы даже такие люди были исключены.

В последнем я, впрочем, не уверен. Может быть так, что принадлежность преступников выявляется только в процессе движения души, но не относится к порядкам родовой совести. Тем не менее я упоминаю об этом здесь, чтобы не забыть.

Родовая совесть следит за тем, чтобы род или система, которой управляет эта совесть, оставался цельным, чтобы никто не был исключен, изгнан или забыт. Если такое все же происходит, родовая совесть избирает другого члена рода для замещения исключенного. Здесь действует родовая динамика «стремление к повторению», при помощи которой делается попытка воссоздать целостность, хотя на практике это и невозможно. Это попытка компенсации, чтобы никто «не потерялся» из тех, кто принадлежит к системе.

Интересно то, что родовая совесть при этом не проводит различий между добром и злом. Моральные оценки, присущие совести личной, родовой совести неведомы. Это предморально или аморально, как ни назови. Родовая совесть оценивает, таким образом, любого члена системы как равного. В этом смысле это, конечно, большая совесть.

Родовая совесть навязывает нам ранговый порядок, которого мы не знаем или он утратил для нас

смысл. Этот ранговый порядок связан со временем вхождения человека в систему. Это означает: ранее вошедшие в систему имеют преимущество перед теми, кто в ней появился позднее. То есть, если один из

234

старших исключен, кто-то из младших будет впоследствии замещать его. Таким образом, справедливость в известном смысле будет восстановлена в отношении кого-то из старших, но не для младших. Младшие приносятся в жертву справедливости по отношению к старшим. Все другие жертвы, например, жертвы религиозного порядка, связаны с тем, что приносятся во искупление грехов старших. При этом младшие, принесенные в жертву вместо старших, становятся сами старшими по отношению к следующим. И если других членов системы путают судьбы «принесенных в жертву» или тем отказывают в уважении, исключают или предают забвению, их судьба также будет повторена потомками, что восстановит справедливость, по мнению родовой совести.

Порядки личной совести

Очевидно, что та совесть, которую мы привыкли воспринимать и ощущать как личную, сложилась позже. Мы осознаем такую совесть. Она дает нам ощущение вины и невинности. Эти противоположные чувства показывают, чего требует от нас наша совесть и насколько мы соответствуем этим требованиям. Если мы следуем велению совести, то чувствуем себя невинными, а если нет, то чувствуем вину.

Вину и невинность мы ощущаем в разных вариантах. Во-первых, в смысле принадлежности к определенной группе. Такая совесть следит за тем, чтобы мы оставались членами той группы, к которой принадлежим. Совесть — это в определенном смысле орган чувства, которым мы непосредственно воспринимаем, связаны мы с группой или нет.

Личную совесть можно сравнить с чувством равновесия. Это тоже в известной степени орган чувств. Следуя такому чувству, мы находимся в состоянии равновесия, а если мы не следуем ему, нас шатает. Это чувство заставляет нас восстановить равновесие и принять стабильную позу.

Тем не менее вряд ли кто-либо считает, что равновесие относится к духовным состояниям. Это физическое состояние. Оно относится к физиологии. Это нечто инстинктивное, что свойственно нашей природе и делает возможным сохранение равновесия. Состояние равновесия присуще и другим живым существам, в том числе растениям.

235

То же относится и к личной совести. Иногда она одухотворяется, как будто это глас Божий в нашей душе. Но это только инстинкт, при помощи которого мы можем инстинктивно же определить, относимся мы к данной группе или нет. Принадлежность зависит от нашего понимания того, что для данной группы является важным, чему должны мы соответствовать, чтобы к ней принадлежать. Так, например, для принадлежности к определенной группе мы должны принять веру этой группы. Будь то религиозная конфессия, или политические убеждения, или что-то иное. Кто принимает эту веру и соответствует ее требованиям, чувствует свою принадлежность. Он чувствует себя невинным независимо от того, являются ли эти требования объективно уместными и разумными или нет.

Чувство вины, которое является функцией личной совести, ощущается нами как страх потерять право на принадлежность к данной группе. Это сильнейшее чувство, возможно, даже самое сильное чувство вообще. Оно вынуждает нас изменить свое поведение таким образом, чтобы

вернуть свое право на принадлежность или восстановить его. Невинность в этом смысле воспринимается как право на принадлежность. Такая невинность есть и чувство глубочайшего счастья, и основа для плохих переплетений одновременно, поскольку из-за стремления к принадлежности мы сделаем все, и даже то, что нам вредит.

Для того чтобы мы могли развиваться, необходимо распознать личную совесть и функции вины и невинности. Необходимо просвещение, которое разоблачит мистицизм личной совести и сделает возможным выход за ее пределы.

Личная совесть следит за равновесием «брать» и «давать», а значит, стремление к уравниванию — это потребность личной совести. Тот, кто дает, ожидает, что должен нечто получить. Тот, кто получает, чувствует себя обязанным дать что-то. Такая потребность в обмене способствует самому обмену в рамках определенной группы.

Вина воспринимается в контексте обязанности дать, а невинность — как свобода от обязанности либо право требования после того, как я дал сам.

Личная совесть также играет роль в порядках, присущих совместной жизни, но в данном контексте это не так важно, я просто упоминаю об этом.

236

Взаимные движения обоих видов совести

Конечно, развитие человеческого сосуществования не ограничивается развитием личной и родовой совести. Об этом свидетельствует и тот факт, что оба вида совести преследуют противоположные цели, их взаимодействие нарушено. Нарушено прежде всего потому, что мы не признаем требований родовой совести. Это выясняется только в процессе семейной расстановки. Только поняв потребности порядков этой совести, мы сможем таким образом направить ее движение, чтобы отвечать ее потребностям, не нанося при этом вреда младшим в системе. Чтобы справедливость восторжествовала не только в отношении старших, но и младших тоже.

С другой стороны, личная совесть иногда принуждает нас сделать нечто, что родовой совести противоречит. Например, она принуждает нас из любви взять на себя вину старшего (например, когда ребенок принимает на себя вину своих родителей). Но поскольку это противоречит изначальному порядку и рангу во времени, то мы по зову личной совести предпринимаем нечто, что позднее карается родовой совестью. Много несчастий происходит от противоречий обоих видов совести. Нужно понять, что как потребности личной совести, так и потребности совести родовой зачастую противостоят решению, правильному для всех и служащему счастью всех.

Если мы поймем это, то увидим, что путь к общему решению требует от нас очищения и способности перешагнуть границы как личной, так и родовой совести, но таким образом, который послужит удовлетворению потребностей и связи обоих видов совести на более высоком уровне.

Движения души

Итак, движение, которое дает нам возможность избежать давления обоих видов совести, это движение души. Это значит, что если мы освободимся от давления обоих видов совести, не пренебрегая ими, но отдавая им должное на более высоком уровне, нечто приходит в движение в нас, причем это такое движение, которое ведет к решениям, выходящим далеко за рамки того, что позволяют нам и чего требуют от нас оба вида совести.

237

Такие движения независимы. Если обе совести лишены силы в своих плохих аспектах (прежде всего для терапевта) и человеку больше нет необходимости им следовать, он может открыться для более широких взаимосвязей, проявляются движения души. Они ведут к решениям, которые включают в себя противоположное и различное, делая их в равной степени подходящими и правильными, решениям, которые каждому дают место и подходящий ранг, тем самым примиряя то, что раньше казалось непримиримым.

Опыт с движениями души

Я приведу несколько примеров таких движений в контексте семейных расстановок.

— *Где начинается движение души?*

— Я бы хотел это точнее описать и определить. Распознавание движения души тесно связано с семейной расстановкой.

Я вспоминаю, как раньше практиковались семейные расстановки и как они практикуются сейчас: после того как участники расставлены, терапевт спрашивал каждого из них, как он себя чувствует. Т. е. в своих дальнейших действиях терапевт ориентировался на высказывания заместителей. При этом он становился зависим от таких высказываний и терял свою собранность. Если заместители были хороши, расстановка удавалась. Но зачастую заместители, чувствуя неуверенность терапевта, делают высказывания из вежливости. Тогда семейная расстановка продолжается в неверном направлении и оканчивается в хаосе. Вопрос заключается в том, что может здесь помочь?

Первым шагом в семейной расстановке должен быть следующий: после того как участники расставлены, терапевт должен всмотреться в сложившуюся картину и дать ей подействовать на себя. Если он почувствует воздействие картины, она покажет терапевту его следующий шаг, и не нужно задавать вопросов заместителям.

Этому предшествует кое-что еще. Расставлять можно не всякую семью. Т. е. нельзя доверять тому, что именно клиент считает своей проблемой и какое решение он предлагает. Терапевт не должен полагаться на каждое высказывание клиен-

238

та, а должен обратить внимание на нечто другое, что поможет ему решить, нужно ли делать расстановку или нет. А также решить, кого из членов семьи следует включить в расстановку, а кого нет.

Решающим здесь является мое ощущение того, где кроется сила. Если внимательно слушать, как клиент описывает события, происходившие в его семье, можно понять, сколько силы у отдельных членов семьи, которых упоминает клиент, сколько энергии и силы есть у каждого. Те члены семьи, при упоминании которых ощущается наибольшая сила, и должны быть включены в работу. Если, например, клиент упоминает, что его мать рано умерла, можно почувствовать, что проблема клиента заключена в его матери. Тогда я включаю в расстановку только мать клиента. Так делается изначальный выбор, и расстановка сконцентрирована на главном, на том, что обладает силой. Если клиент расставляет себя и свою мать, я, ничего не делая и ничего не говоря, наблюдаю, какие движения происходят между ними. Если мать смотрит в сторону и на пол, я сразу предполагаю, что она смотрит на кого-то умершего, может быть, на другого ребенка. Если выясняется, что это действительно так, я ввожу заместителя этого ребенка в расстановку и прошу его лечь на пол — туда, куда направлен взгляд матери. Таким образом, следующий шаг обусловлен взглядом матери. Так расстановка развивается от малого к большому, но не более того, что необходимо.

— *Ты только что сказал, что внимательно наблюдаешь за тем, как они движутся, это и есть движения души?*

— Да, это и есть движения души.

— Когда наблюдаешь за тобой во время работы, можно увидеть, что ты иногда исправляешь эти движения. Или иногда ты видишь движения, прежде чем заместители последуют им.

— Часто заместители показывают, куда стремится движение. Например, заместитель делает движение руками, при этом руки немного движутся вперед. Это значит, что заместитель хочет двинуться вперед. Он, возможно, отступит назад. Но я уже видел, куда стремится движение души, и могу поправить заместителя. Для продолжения расстановки важно первоначально возникшее движение. Если я допущу иное движение, расстановка будет развиваться в неверном направлении и, только проделав лишний путь, вернется к верному.

239

— *Итак, ты следишь за первыми движениями, которые обозначатся.*

— Да, 1-й прежде всего за движениями глаз. Если, например, в расстановке сына и матери мать смотрит не на сына, а в сторону, то кого-то не хватает. Или если сын смотрит в сторону. Если наблюдать, можно почувствовать, ведет ли движение вперед, есть ли в нем сила.

Пример: женщина, больная раком

— Я вспоминаю о расстановке одной женщины, больной раком, которая боялась умереть. Я поставил ее смерть, а женщину — напротив. Она не осмеливалась посмотреть на свою смерть. Когда же я потребовал этого, она все равно смотрела в сторону. Затем она упала назад, на пол, и было совершенно ясно: это было движение, которое возникает, когда боишься посмотреть смерти в лицо. Совершенно очевидно, что это было движение прочь от решения. Другие сразу захотели ей помочь, поскольку считали, что это важно для нее. Но не это было важно. Важно было, чтобы она снова встала и посмотрела смерти в лицо.

— *Это и было движение души — встать и посмотреть в лицо смерти? Как ты отличаешь такое движение от движения, когда она упала назад ?*

— Падение назад — это просто страх, т. е. отрицание движения души. Собственно движением души было не то, что она посмотрела смерти в глаза, это было только начало. Только когда она посмотрела смерти в глаза, движение души началось. Она медленно опустилась на колени, обняла смерть за ноги и легла рядом с ней на пол. Там она была в мире и гармонии со смертью. Это было собственно движение души. Оно выходило далеко за пределы предыдущего движения.

— А если бы кто-нибудь спросил: как ты себя чувствуешь? Тот, кто в такой ситуации задает смерти вопросы, не уловит тонкого движения души.

— *Когда наблюдаешь тебя за работой, видно, что для слов и языка в твоей работе почти нет места.*

— Когда начинается движение души, в общем, ничего говорить и не надо.

240

Пример: израильтяне и палестинцы

— Я вспоминаю и еще одну расстановку. Во время моего курса в Сан-Франциско я работал с одним мужчиной, который хотел снять документальный фильм об израильских и палестинских детях. В последние месяцы он заметил, что у него ничего не получается, все буквально валится из рук. Я сказал ему: «Я покажу тебе, почему такой фильм снять невозможно». Я попросил его выбрать двух заместителей для израильских и двух для палестинских детей. Мой опыт семейных расстановок говорит мне о том, что дети никогда не станут делать того, что не позволили бы их

родители. Работа только с детьми была бы нарушением порядков, которые важны в данном случае. Поэтому я ввел в расстановку родителей детей — мать и отца для каждого из четырех детей. Я поставил их рядом с детьми, так что израильские и палестинские родители стояли друг напротив друга.

Отец-израильтянин все время смотрел на пол, было ясно, что там кого-то не хватает. Он смотрел на кого-то очень важного для него. Я выбрал одного мужчину и попросил его лечь на пол между обеими родительскими парами, на спину. Отец-израильтянин был очень взволнован, долго смотрел на лежащего, затем медленно опустился на колени и лег рядом с ним. Там он нашел покой и умиротворение. На протяжении всей расстановки не было произнесено ни слова. В этот момент я прервал расстановку и ничего не стал объяснять, поскольку самое главное было и так понятно. — *Не стал объяснять даже, кто был этот мужчина, которого ты положил на пол? Это уже не играло роли?*

— Было совершенно понятно, что это убитый. Убитый отцом-израильтянином или убитый на войне. Так стало понятно, что фильм об израильских и палестинских детях не может быть снят, прежде чем их родители не увидят неразрешенное между ними, вину, которая не искуплена.

В этом и некоторых других случаях я видел, что, на первый взгляд, клиенты были в замешательстве, они не получили ясного ответа на свой вопрос. Что только спустя несколько часов, иногда несколько дней или еще позднее начинается некий процесс. Это не нравится тем, кто ищет быстрых решений, в том числе путем семейных расстановок.

16-5433

241

Пример: женщина, страдающая обжорством

— В Санта-Барбаре мы работали с одной женщиной, которая весила более 300 фунтов⁷. Прежде всего, я сказал ей: «Тот, кто набирает такой вес, кто ест, тот, так сказать, поглощает свою непринятую мать. Тогда мы сделали расстановку этой женщины и ее матери. Мать стояла, отвернувшись, глядя вперед. Дочь стояла за матерью, в стороне от нее, тоже отвернувшись. Я смотрел на мать и ждал, что, может быть, она совершит какое-то движение, но она вообще не двигалась. При этом было совершенно ясно, что мать хочет упасть назад. Я встал за ней, чтобы ничего не случилось. Тогда она упала назад, на пол, и отвернулась от дочери. Я повернул заместительницу дочери, чтобы та посмотрела на мать. Но она совсем не любила мать и не могла и не хотела идти к ней. На этом я прервал расстановку. Я ясно показал клиентке причину ее обжорства, не приводя ее к решению.

Терапевт этой клиентки хотела сразу ее утешить и была зла на меня. Она сказала, что я неправильно работал с ней. Но я не дал ввести себя в заблуждение и доверился движению души этой клиентки. А терапевту я посоветовал подождать, может, позднее проявится нечто целительное. Через несколько дней она пришла на мой другой курс и сказала, что ее клиентка теперь поняла меня.

Итак, необходимо доверять и тем движениям души, которые могут произойти за пределами семейной расстановки.

— *В этой работе движение души было неоконченным. Это правильно?*

— Совершенно верно. Это всегда начальные движения, которые продолжаются.

Умершие

— *В этой связи я хотел бы спросить, могли бы мы совершить следующий шаг? Во время своих курсов ты иногда говорил, что для того, чтобы разрешить семейные переплетения, ты ищешь общую формулу для решений или терапевтических интервенций. Умершие как-то связаны с этим?*

— Да. Общая формула в данном случае означает, что мы находим решение, не имея подробной информации о прошлом. То, что я пробую (и это еще далеко не завершено), наводит на вопрос: что будет, если обратить взгляд на умерших членов семьи? Как установить с ними связь? Какое влияние они на нас оказывают? Можем ли мы получить от них силу или благословение, чтобы отделиться от них, а они могли отделиться от нас? Тогда они смогут покоиться с миром, а мы станем свободны, получив их благословение. Таким было мое первое представление об умерших.

Пример: женщина, умершая в родах

Однако выяснилось, что многие умершие настроены по отношению к живущим враждебно, как будто ждут от них чего-то, как будто что-то должно произойти. В это же время они пытаются утянуть живых к себе в смерть. Это мне бросилось в глаза во время расстановки в Италии.

Один врач, больной раком, рассказал мне, что его мать и сестра умерли от рака и что у него была еще одна сестра. Мать матери умерла во время родов его матери. Тогда я попробовал, руководствуясь своими прежними знаниями (как я описывал это в книге «Порядки любви»), ввести в расстановку мать матери, чтобы она с любовью посмотрела на свою дочь и благословила ее на жизнь. Но заместительница матери захотела, чтобы ее дочь пришла к ней. Она действительно хотела утянуть ее к себе.

Тогда я отвел дочь в сторону, так что перед бабушкой стояли ее внуки. И их она хотела утянуть за собой в смерть. Никакие разговоры о том, что она умерла, а другие живы, что она пытается увести живущих за собой в смерть, не подвигли ее к тому, чтобы согласиться с тем, чтобы ее внуки остались жить. Так стало очевидным, что от умерших иногда исходит враждебное жизни движение, направленное на живущих. Это могло бы объяснить страх живых перед умершими, страх того, что умершие могут быть не только благосклонны к живущим, но и враждебны. Это не чувство враждебности, но дух враждебности, потребность увести за собой в смерть живущих, как будто мертвые и сами живы.

■б-

243

Решение в этом случае было таким: я отвернул бабушку, так чтобы она смотрела на умерших, в противоположном направлении от живых, так она поняла, что она мертва. В этот момент ее дочь смогла повернуться к своим детям. Затем я поставил рядом с ней ее мужа. Дети образовали круг вокруг них, обнялись и тогда почувствовали: теперь они могут жить.

Итак, подобные движения тоже надо иметь в виду. Я понимаю, что многим это может показаться странным, что они могли бы возразить против таких движений или наблюдений, объясняя их причинами других взаимосвязей. Но тот, кто это делает, не сможет помочь.

**Пример: индианка и ее сестра,
погибшая в результате несчастного случая**

— Я наблюдая, как ты во время расстановок иногда поворачиваешь головы заместителей умерших в сторону других умерших из прежних поколений. Я также наблюдал, что ты иногда закрываешь умершим глаза или просишь их об этом, я наблюдал, как ты передаешь умерших в руки или под покровительство их родителей.

— Чтобы пояснить, скажу: речь идет о заместителях умерших людей, которые почти всегда лежат

на полу. У нас был один случай: индианка сказала, что ее сестра погибла в результате несчастного случая и что ее дочь хочет попасть «на небо к своей тете». Дочь, так сказать, тянет к тете. Станным образом еще двое членов той же семьи, а также один чужой человек, погибли в результате несчастных случаев на том же самом месте, что и сестра клиентки. Это говорит о том, что иногда существует привязка к определенному месту, которое притягивает несчастье, если не сделать что-то такое, что послужит освобождению от враждебности жизни.

Во время расстановки четверо умерших лежали на полу на спине. При этом заместительница сестры клиентки лежала с открытыми глазами и смотрела на живущих. Опыт показывает, что существует такое решение: нужно повернуть головы умерших от живых, прежде всего повернуть их головы от живущих в сторону умерших так, чтобы они смотрели на других умерших. В нашем случае было так: как только погибшая сестра клиентки повернула голову в другую сторону, она закрыла гла-

244

за. И это показало, что она примирилась со своей смертью. Тогда ее племянница смогла отвернуться от тёти, оставить ее среди мертвых и повернуться лицом к жизни. Причем вначале это нужно было бы сделать с ее матерью, т. е. сестрой погибшей, потому что именно она хотела последовать за ней, а дочь только хотела это сделать вместо нее.

Иногда, если хочешь закрыть умершим глаза, например, родители хотят закрыть глаза своего умершего ребенка, умершие противятся этому, снова открывая глаза. Из этого видно, что что-то между ними осталось нерешенным. И это нерешенное необходимо найти. Если внимательно следить за таким движением, возможно, решение будет найдено.

Очевидно, что речь здесь идет о вторжении в царство мертвых. Терапевт может и смеет это делать, только если он после (и это крайне важно!) немедленно вернется назад. Нельзя оставаться в этом пространстве. Это плохо для любого.

Предки

— *Это значит, что ты не доверяешься умершим?*

— Я доверяюсь умершим из моей семьи. Я чувствую их силу за своей спиной. Если в расстановке поставить за спиной участника его предков со стороны отца и со стороны матери и попросить его дышать глубоко, можно увидеть, сколько силы и, как ни странно, тепла идет от предков. Многим становится при этом очень тепло. Это — хорошее движение, движение от умерших к живым. Для многих решение становится возможным, если они смотрят не только на свою семью, а получают силу для решения из благословения своих предков.

Смерть

— *Когда ты доверяешься смерти, что это значит?*

— Смерти нужно довериться так или иначе. Тот, кто боится смерти, не сможет делать эту работу. Тот, кто не сможет идти с клиентом, куда необходимо, не сможет посмотреть в лицо смерти и признать, когда необходимо, что и его время прошло, не сможет делать эту работу. Терапевт должен быть хорошо зна-

245

ком со смертью, в смысле чувства глубокого уважения и защищенности. Смерть — это посланник чего-то высшего, что живо.

— *В этой связи ты говорил: смерть никогда не приходит слишком рано.*

— Да, смерть приходит всегда вовремя. Это так и есть. Много путаницы возникает в процессе

расстановок и терапии вообще, когда вина за смерть одного человека приписывается другому, например убийце. Тогда мы злы на убийцу. Но многие расстановки показали, что умершие или убитые видят это иначе. Они узнали, что смерть находится в руках чего-то высшего, смогли принять ее, им не кажется, что с ними обошлись несправедливо, что они умерли слишком рано.

Пример: страх смерти

— *Когда ты вводишь в расстановку смерть, иногда что-то меняется. Ты говоришь тогда, что истинная смерть всегда смотрит на своего хозяина и не движется.*

— Не совсем так. Если я ставлю смерть, часто выясняется, что участник видит в качестве смерти другого человека. Во время одного курса в Италии мы работали с женщиной, которая панически боялась, что ее дети могут умереть и что она сама может умереть. Мы расставили ее, ее детей и смерть. Заместитель смерти сразу сел на пол. Он внезапно стал ребенком. Я спросил женщину, что произошло в ее родительской семье. Она сказала, что ее мать абортировала девятых детей и хвасталась этим. Тогда мы посадили на пол девять детей, среди которых был и заместитель смерти, а мать поставили за ними. Мать показала большое волнение и села к своим абортированным детям. Там она успокоилась.

Было совершенно ясно, что страх смерти был страхом перед матерью, которая сделала так много аборт. Когда расставляешь смерть, часто выявляется нечто скрытое. Такая «смерть» ненастоящая.

В таких случаях я иногда ввожу в расстановку настоящую смерть. Настоящая смерть, как правило, неподвижна. Иногда она смотрит вдаль, на своего хозяина, как ты это хорошо сказал. Конечно, возможны варианты. Нельзя это определить четко. Когда ставишь смерть, необходимо внимательно следить за

246

движением, следить за тем, не происходит ли что-нибудь помимо нее, что необходимо сначала разрешить.

Будущее

— *Я наблюдаю, что ты все чаще в конце работы поворачиваешь клиентов. Они смотрят, так сказать, в будущее.*

— Именно когда работаешь с умершими, важно, чтобы живущие в конце склонились перед ними. Но, если умершие упокоились с миром, нельзя оставаться рядом с ними. Нужно отойти от них, отойти немного назад, повернуться и посмотреть в будущее. Это важное движение. Это основное движение для решения. После того как нечто разрешено, необходимо оставить это позади и свободно смотреть вперед, в свое будущее.

— *В последнее время я видел, что после того, как дети вновь обрели и приняли своих родителей, ты вводишь детей от родителей немного вперед.*

— При хороших решениях родители всегда стоят за спиной детей, а дети уходят от родителей в собственное будущее. Тогда родители чувствуют себя хорошо. Это не означает, что отношения с родителями прерваны, совсем нет. Именно когда движение идет вперед, родители чувствуют себя исполнившими свой долг, потому что они видят, что сделали свою работу, завершили ее, дети прочно стоят на ногах. И все же дети остаются связанными со своими родителями. Это движение означает, что я должен вывести из поля зрения свое прошлое. Я должен забыть его и больше не вспоминать.

Такое движение вперед требует внутренней дисциплины. Оно идет рука об руку с забвением. Забвением в смысле: я решил и оставляю это позади.

ПОМОЩЬ И РЕШЕНИЕ

Введение

Помогать — это высокое искусство. Эта глава расскажет, как можно помогать в гармонии с действительностью, где нужно отступить, чтобы, помогая, не перейти границы своих возможностей.

Решение без проблемы

Б. Х.: Многие относятся к проблеме так, будто она является основой для решения. Но для решения мне не нужна проблема. Если я погружаюсь в чью-то проблему, то и я, и клиент теряем энергию, нам не хватает сил для действия. Поэтому лучше забыть о проблеме и посмотреть на решение.

Клиентке: Я расскажу тебе секрет решения.

КЛИЕНТКА: Очень хорошо.

Б. Х.: Для того чтобы найти решение, проблема не нужна. А ты привязываешь решение к знанию о проблеме.

КЛИЕНТКА: Ты не мог бы повторить это.

Б. Х.: Ты привязываешь решение к знанию о проблеме. Сама проблема — всегда препятствие к решению. Это очевидно. Если я начну сейчас исследовать проблему, я создам препятствие для решения.

Интуиция и решение

В этой связи я хотел бы открыть еще одну тайну. Интуиция действенна, только если я смотрю на решение. Кто смотрит на проблему — у того взгляд сужен. Он рассматривает детали, и от
248

него ускользает целое. Кто смотрит на решение, всегда имеет в поле зрения целое и увидит выход на более высоком уровне. Этот выход блеснет внезапно из ниоткуда, и нужно быстро следовать ему.

Решение следует за любовью

Проблема возникает там, где есть любовь. Поэтому я могу понять клиента и его проблему, только если увижу, где покажется любовь клиента.

Решение должно питаться той же силой, что и сама проблема. Оно питается той же силой, что создала проблему. Только надо придать той силе другое направление — более счастливое, целительное для всех участников. Это значит, я должен показать клиенту, как он может любить «еще лучше» и что при нахождении решения любовь проявится во всем ее сиянии, не то что при удержании проблемы.

В этом и есть весь секрет психотерапии. Но как любовь, так и решение нужно увидеть, их нельзя придумывать. Они должны быть истинными. Им должно предшествовать восприятие. На этом пути не исключены ошибки. Но это не страшно, если в поле нашего зрения есть цель и любовь.

Описание проблемы поддерживает саму проблему

Если у кого-то есть проблема или он болен, он описывает свою проблему или болезнь всегда одинаково. Такое изображение проблемы и ее внутреннее описание делают ее решение практически невозможным. Описание проблемы служит ее поддержанию. Для решения в первую очередь необходимо отклониться от привычного описания проблемы.

Отклонения служат решению

Я не работаю с жесткими представлениями и понятиями. Такие понятия неадекватны потоку жизни. Существуют опре-
249

деленные порядки, которые мы можем видеть. Одновременно с этим существуют некие отклонения от них. Если фиксироваться на жестких понятиях или представлениях, например, на представлении о том, как выглядит изначальный порядок, легко промахнуться мимо цели. Поэтому я все чаще отхожу от жестких определений. Я стараюсь понять ситуацию и привести нечто в движение. Но что конкретно происходит с клиентом, я не знаю. Это для меня вопрос открытый. У меня нет определенной картины выхода из ситуации.

Границы помощи

Когда работаешь с тяжелым человеком, полезно представить себе, что ему всего четыре года. Тогда представляешь, в какую ситуацию должен был попасть четырехлетний ребенок, как он развивался и превратился в того взрослого, что теперь стоит перед тобой. Тогда сочувствуешь ему и сразу понимаешь, почему он именно так себя ведет. Это хороший подход.

Во-вторых, необходимо доверять его душе и верить, что она будет искать и найдет путь к решению. Нужно следовать за его душой, внутренне объединиться с доброй силой и почувствовать, где путь к решению. Иногда душа сигнализирует: «Стой!» Тогда нужно остановиться и ждать.

Если кто-то просит меня о помощи, я сначала проверяю, есть ли у него будущее. Часто у меня просят помощи или совета такие люди, по которым видно: они идут к своей кончине. Человек достиг своей границы, и у него нет будущего. Тогда я вместе с ним смотрю на его границу, на то, что еще осталось между ними, и помогаю человеку заполнить это пространство. Не больше. Делать вид, что у такого человека еще все впереди, — это обман.

У других еще многое впереди. Просто есть определенные препятствия, которые они не могут преодолеть. Например, кому-то мешает идти вперед рано прерванное движение. Тогда я возвращаюсь с таким клиентом в то время и то место его жизни, где было прервано важное движение, и разрешаю вместе с ним то, что осталось неразрешенным. Или я забираю вместе с ним оттуда то, что он оставил, а теперь снова может забрать. Дальше он сможет идти один.
250

При этом нельзя надолго оставаться в прошлом, иначе его жертвой станет будущее. Работа с прошлым правильно должна соотноситься с краткостью жизни. Если 80% жизни проводить в копании в прошлом, соотношение нарушено. Жизнь все время идет вперед и дальше. И только если в прошлом существует некое препятствие, что-то, что необходимо разрешить, то я иду с клиентом в прошлое, разрешаю это как можно быстрее и немедленно снова смотрю вперед.

Некоторые подходят к границе, потому что они были на ложном пути. Когда-то давно они решили отклониться от своего пути и пойти другим путем, но этот путь завел их в тупик. Решением в этом случае будет следующее: нужно вернуться к тому месту, в котором ты отклонился от своего пути, т. е. пройти в обратном направлении весь проделанный ложный путь и на распутье начать свой

истинный путь заново. Но тот, кто слишком долго шел ложным путем, как правило, не может по нему пройти назад. Он как бы подошел к своей границе, и это нужно уважать.

Часто тот, кто подошел к границе, не может ее преодолеть, я тоже не могу преодолеть ее с ним. Тогда я стою с ним по эту сторону границы и жду, не будет ли какого-то сигнала или знака. А может, клиент накопит силы для перехода через границу. Тогда я призываю на помощь из прошлого важного для клиента человека, который поможет. Часто это такой человек, которого боялись. Ведь самые большие сокровища часто охраняет безобразный карлик. Поэтому это бывает такой человек, которого в семье не уважали, он оберегает самые ценные сокровища и дарит их, если получит свое признание.

Когда я работаю с клиентом, я задаю себе несколько вопросов.

Один вопрос, который я задаю себе: много ли у него впереди? Если впереди немного, я помогаю такому клиенту посмотреть на свою кончину. Не более. Это адекватно ситуации. Так клиент сможет понять серьезность происходящего.

Или я спрашиваю себя: есть ли перед ним путь, но его просто задержали? Что его задерживает? Это препятствие, которое нужно устранить, чтобы путь стал свободным? Я пытаюсь найти препятствие, например, посредством семейной расстановки. Если в процессе обнаружится семейное переплетение, его необходимо разрешить.

251

Другой вопрос: не оставил ли клиент в прошлом что-то такое, что ему необходимо взять, чтобы двигаться вперед? Может быть, ему нужно благословение родителей или необходимо привести к цели прерванное движение, чтобы он мог идти дальше.

Третий вопрос, который я задаю себе: не зашел ли клиент в тупик? Не шел ли он путем, который ведет прочь от его собственной души, ее потребностей и ее руководства? Тогда я иду с ним назад до того места, где он свернул с пути, чтобы клиент мог начать свой путь сначала. Опыт показывает, если кто-то слишком долго был на ложном пути, он назад не вернется. Тогда он останавливается перед своим концом. Это нужно признать.

УЧАСТНИК: Люди, которые долго шли тупиковым путем, иногда испытывают глубокое вторжение в свою жизнь, например, несчастный случай или тяжелую болезнь, расставание. Тогда они подходят к границе существования и пониманию происходящего одновременно. Видишь ли ты возможность с помощью терапии привести их к этому на границе существования или в нескольких шагах от конца?

Б. Х.: Если я правильно тебя понял, несчастный случай в данной ситуации является предупредительным сигналом. Это напомнило мне пророка Валаама из Ветхого Завета. Однажды он скакал на своей ослице, чтобы проклясть народ, который волей Господней был благословен. Ведь он получил за это деньги. Вроде аванса за последующую терапию. Он скакал на своей ослице вдоль склона. Внезапно ослица отказалась идти вперед. Валаам стал бить ее, она по-прежнему отказывалась идти вперед. Тогда Валаам снова побил ее. Ослица повернула голову и сказала: «Ты что, не видишь ангела Господня с мечом?» Тогда и Валаам посмотрел вперед и увидел ангела Господня с мечом. Так он был остановлен на своем пути в тупик, так сказать.

Такое иногда происходит и с нами. Происходит прорыв, или мы остаемся в тупике. Может, нас постигнет болезнь или случается катастрофа, и это приводит нас, так сказать, к пониманию

происходящего.

Когда я работаю с кем-то (так же я поступаю и с самим собой), я возвращаюсь к тому моменту, где я сбился с пути. Или иду в другом направлении от того момента, на котором нахожусь. Такое тоже бывает. Тогда я помогаю клиенту пойти

252

его путем в другом направлении. Это и есть те несчастье и благословение одновременно.

УЧАСТНИК: Если ты видишь, что кто-то зашел в тупик, возможно ли терапевтическими средствами, без надреза, показать клиенту, так сказать, ангела с мечом?

Б. Х.: Да, я, конечно, так делаю, я только что сделал это. Но в случае тяжелых травм клиента иногда необходимо резко развернуть.

Недавно я участвовал в одном конгрессе. Врач, который присутствовал там, рассказал мне, что во время велосипедной прогулки с семьей: женой и двумя сыновьями — на них наехал «порше». Когда он посмотрел, то увидел только части трупов своей жены и одного из сыновей. Сам он и второй сын остались невредимы. Было невыносимо тяжело видеть, как этот мужчина окаменел от своей боли. Я сделал расстановку его семьи, включив в нее и виновника наезда. На одной стороне стоял врач со своей семьей, преступник — в стороне. Мужчина был в ярости по отношению к убийце. Но такая ярость не дает посмотреть в глаза событию и смерти.

Тогда я попросил его еще раз посмотреть внимательно на жену и погибшего сына. Затем я поставил выжившего сына рядом с отцом и попросил сказать своим умершим жене и сыну, что он отпускает их с любовью и что он вместе с другим сыном будет жить дальше. Так он нашел в себе силы жить дальше. Внезапно стало ясно, что преступник здесь не играл больше никакой роли.

Это пример ситуации, когда клиента приходится резко развернуть. Для этого было необходимо, чтобы он воспринял происходящее со всей серьезностью и посмотрел в глаза умершим и в лицо смерти. Только тогда он ощутил глубокую боль и смог стать свободным. Упрек убийце и ярость или жалость к себе не дают места такой боли и вместе с ней — исцеляющему решению.

Как терапевт я нередко сталкиваюсь с такими случаями, когда клиент стоит перед препятствием, которое он должен преодолеть, чтобы двигаться дальше. Тогда я призван помочь клиенту преодолеть это препятствие. Я нахожу решение, например, с помощью семейной расстановки.

Но нередко человек идет ложным путем и заходит в тупик. Тогда я должен провести его по этому пути назад до

253

места, где он сбился с пути, хотя он мог бы двигаться дальше. Я наблюдал, как некоторые в определенном месте отклонялись от правды своей души и внутреннего движения, заданного душой. Именно тогда они и заходили в тупик. Если они слишком долго шли по этому пути, они не смогут вернуться назад. Если я могу, то отвожу их назад к месту, где они свернули в сторону. Там нужно все начать сначала. Но некоторые упорствуют на своем пути в тупик и просят, чтобы я помог им идти таким путем. Я этого не делаю. Когда я замечаю, что клиент склоняет меня к тому, чтобы идти вместе с ним ложным путем, я прерываю расстановку. Моя правдивость не позволяет мне этого.

Еще бывают люди, по которым я вижу, что им недолго осталось жить. Их жизнь завершена.

Б. Х. (клиентке, с которой работал): Не подумай, что я увидел это у тебя. У тебя, я видел, еще

есть время. Но ты примирилась. Так что время для тебя наполнено.

Иногда я вижу, что кому-то осталось совсем мало времени, и тем не менее он хочет, чтобы я сделал для него расстановку или все возможное. Я этого не делаю. Я привожу его в соприкосновение с его кончиной. Если он соприкоснулся со своей кончиной, оставшееся время станет для него наполненным и мирным.

Увидеть время, которое осталось

Когда я работаю с клиентом, я внутренне пытаюсь представить себе, сколько времени ему еще осталось жить. Если время ограничено, я спрашиваю себя, имеет ли смысл возвращаться в прошлое? Даст ли это что-нибудь? Или, если человек хочет решить для себя нечто нерешенное из прошлого, не сместится ли его внимание с главного — предстоящей кончины — на что-то второстепенное. Терапевту легко поддаться искушению сделать что-то еще, ведь это так нелегко: вместе с клиентом предаться событию его конца. Часто в случае тяжелой болезни можно, посмотрев на кончину, увидеть, что время, которое осталось, для клиента значительно и важно.

254

В гармонии со смертью

Терапевт должен быть в гармонии со смертью. Если он в гармонии со смертью, то обладает наибольшей силой, поскольку не боится смерти. Если он в гармонии со смертью, он не сможет ее бояться, и это даст ему силы. Именно тогда, когда он в гармонии со смертью не хочет больше помогать, открывается еще одна возможность — помочь не вмешиваясь, посредством бездействия, осознанного и собранного бездействия. Терапевт, который находится в гармонии со смертью, не поддается манипулированию. И это тоже важно.

Привязанность и прогресс

Я бы хотел кое-что сказать о привязанности. Многие несчастья вырастают из привязанностей. Ребенок очень крепко привязан не только к своим родителям, братьям и сестрам, но и к своим предкам. Поскольку в силу такой привязанности ему принадлежит часть семейной души, то ему принадлежит и часть семейной судьбы. Это значит, что ребенок выражает свою любовь, разделяя судьбу своей семьи.

Если один из членов семьи был убит, ребенок может выражать свою любовь к убитому, умирая сам. Если отец ребенка покончил жизнь самоубийством, ребенок думает, что любовь требует того, чтобы он умер рано, как и отец. Я называю это динамикой «я следую за тобой». Или если ребенок видит, что кто-то из его родителей хочет умереть, он говорит: «Я сделаю это вместо тебя». Так в силу любви и привязанности несчастья продолжаются.

Мы видели на нескольких примерах, что должен пройти человек, чтобы освободиться от такой привязанности, как любовь. Это потребовало от человека, отец которого покончил жизнь самоубийством и который хотел последовать за ним, большей любви к отцу, чем если бы отец был жив. Душа ребенка чувствует большую привязанность в несчастье, это значит, она чувствует себя в несчастье невиновной. Когда ребенок соглашается с решением, отвернувшись от смерти и повернувшись лицом к жизни, он чувствует вину. Поэтому решение требует от души так много усилий.

255

Решение возможно только при условии внутреннего развития. В немецком языке слово «решение» многозначно. Карл Густав Юнг называет это индивидуацией. Решение делает человека одиноким, но при этом дает ему силы и способность сделать что-то новое.

Любой прогресс, спровоцированный несчастьем, ведущий от раздора к миру, сопровождается подобным обособлением. Такой вид обособления позволяет обратиться к большему целому. Ребенок, который не хочет расставаться со своей невиновностью, оказывается пленником в собственной семье. Кто в одиночестве идет к чему-то большему, связан не только со своей семьей, но и с многими другими семьями, разными семьями. Он может объединить в себе противоположности, связан с чем-то большим и может служить чему-то большему. Так, если кто-то увидел решение, но снова возвращается в несчастье, он хоть и чувствует себя менее виновным, но маленьким. Если же он смог последовать за решением и смотрит вперед, то хотя он и чувствует себя виновным, но большим.

Основные терапевтические позиции

В процессе работы с клиентами существует две позиции. Одна из них такова: «Я отвечаю за результат, он зависит от моих действий». Это широко распространенная позиция. При таком подходе терапевт принимает на себя ответственность за жизнь и смерть клиента. Это очень рискованно.

Мой подход заключается в том, что я смотрю на то, что есть. Я выявляю, насколько возможно то, что есть. Если это сделано, оно само оказывает действие, не я. Я отхожу в сторону.

У этого клиента выявилось, что он был не готов. Это было ясно и ему, и нам. Если бы я вмешался, в противовес тому, что выявилось, я бы поставил себя выше открывшейся реальности. Таким образом, я бы достиг обратного тому, чего хотел.

УЧАСТНИК: Как вы считаете, возможно ли облегчение болезни после расстановки? Или необходима последующая терапия? Что делать дальше?

Б. Х.: Откуда мне знать? Я не занимаю позицию: «Я отвечаю за это». Я за это не отвечаю. Я работаю *вместе с судьбой*, а не

256

против нее. Я объединяюсь с тем, что есть. Если я, например, вижу, что кто-то хочет умереть, я не стану ему мешать. И как бы я мог помешать? Но всякая судьба делает нам предложения, которые мы можем принять или не принимать. Я следую выбору, насколько это возможно. Если выбора нет, я прекращаю.

УЧАСТНИК: Что делать дальше с этой работой? Не запланировано ли ее продолжение с самого начала?

Б. Х.: Очевидно, что очень не просто согласиться с различием обеих описанных позиций. Но это означает планирование в смысле ответственности за результат. Никто не знает лучше, что необходимо и уместно, чем сам клиент. Никто не справится с этим лучше, чем он сам. Никто не может так войти в контакт с его душой, как он сам. Если я вмешаюсь, его душа не сможет сделать шаг. Это Очень смиренная работа, без всяких этих «хочу помочь», «пытаюсь взять под свой контроль», «проверить результат». То, что мы видим, говорит нам, что жизнь не есть высшая ценность. Здесь действует нечто другое, что больше, чем жизнь, вот на что я обращаю свое внимание.

Если терапевт считает, что в своем стремлении к совершенству он должен «проработать все пласты», он странным образом оттягивает всю энергию клиента на себя. Он становится таким важным, что все должны смотреть, как он работает, что он делает. А то, что душа клиента или

клиентки намного сильнее, чем все происходящее, уходит на второй план.

Круг

Круг — это когда каждый из присутствующих по очереди может высказать, что его волнует или в чем его проблема. Во время круга никому не разрешается выражать мнения, положительные или отрицательные, давать толкования. Терапевт остается в центре. Это делается для того, чтобы каждый был уверен в невмешательстве другого в то, что он говорит. Терапевт, так сказать, проводит индивидуальную терапию в процессе такого круга. Таким образом, каждый может выразиться, не опасаясь, что его осудят. Это сразу создает доверие.

Если во время круга у кого-то из участников выявилось нечто важное, я сразу работаю с ним. Круг нужно начинать с

17-5433

257

левой стороны. Если начать в противоположном направлении, появится иное чувство, разрушительное чувство, как правило.

Круг служит, с одной стороны, тому, чтобы каждый смог высказать свою проблему и мы могли с ней поработать. В то же время, когда долго и интенсивно работаешь с группой, у участников возникает потребность высказаться. Такую возможность дает им круг. Каждый может высказать, как он себя чувствует, какие чувства вызывает в нем происходящее, что нужно, может быть, дополнить. Во время круга терапевт работает не с отдельными людьми, за исключением тех, кто сообщит что-то особенное, с чем нужно поработать.

Два рода помощи

Смерти нет дела до науки. То же и с виной. Там, где речь идет о подобных вещах, научная психотерапия неуместна. Она значима там, где речь идет об определенных симптомах, которые можно лечить, если известно, что определенные шаги приведут к определенным результатам, как, например при фобиях. В этих случаях научная психотерапия, как нигде, уместна. Но на уровне судьбы этого мало. Здесь требуется иное.

Уважение

Я хотел бы еще кое-что сказать о сдержанности. Самая большая сдержанность должна быть проявлена по отношению к клиенту. Это мне стало особенно очевидно, когда один мой друг, психоаналитик, спросил меня, что ему делать с дочерью, которая страдает ночным недержанием. Я предложил ему рассказать ей сказку, в которой кто-то закрывает водопроводный кран или чинит что-то, что протекает. Например, сказку о том, как Красная Шапочка, отправляясь к своей бабушке, заметила, что водосточный желоб ее дома протекает. Она думает: «Сейчас я почию его», идет в сарай, берет смолу и чинит желоб. Затем идет, не промочив одежды, к своей бабушке.

258

Мой друг рассказал своей дочери такую сказку, и это сразу помогло. Ночное недержание прекратилось. При этом мой друг как аналитик обратил внимание на следующее обстоятельство: когда он раньше рассказывал дочери сказки, в которых что-либо менял по содержанию, она всегда протестовала. А в этот раз не стала. Ведь это странно. Было высказано нечто важное, при этом не задето достоинство ребенка. Ему не пришлось стыдиться. Так возникло глубокое понимание между отцом и дочерью на уровне истории, так что собственно проблема не была озвучена. Ребенок смог расстаться со своей проблемой, не потеряв лица.

Если бы он, например, сказал: «Смотри, не намочи опять постель, не то придется убирать самой», или что-то в этом роде, это дало бы обратный эффект.

Так же нужно обращаться и с клиентом. Не на уровне обычных «добрых советов», но проявляя к клиенту глубокое уважение. Поэтому я никогда не слушаю, если клиент говорит плохо о себе или о ком-нибудь другом. Мне достаточно знать некоторые внешние события. Это все, что мне нужно, чтобы искать решение.

Терапевту не должно знать больше, чем это нужно для клиента. В противном случае он занимается исследованием. Это нечто совершенно иное, чем терапия. Я должен либо служить решению, либо удовлетворять свое любопытство. Там, где любопытство вступает в игру, процесс движения к решению прерван. Любопытство исключает интуицию.

Помощь и предложение помощи подразумевают взвешенную позицию. Тогда один помогает, а другой должен принять помощь. Помощник дает, а другой принимает. Это прекрасное чувство. Но такие помощники через некоторое время бывают удивлены, что другие не хотят от них ничего брать. Один святой, Винсент де Поль, открыл одному другу тайну. Несмотря на то что он был профессионалом в помощи или именно потому, что он им был, он сказал: «Если они хотят тебе помочь, будь осторожен». Помогать — это очень рискованно, очень.

Чтобы просто быть рядом с тем, кто нуждается в помощи, например, с больным, умирающим или инвалидом, необходимо куда больше сил. Просто быть рядом, ничего не делая. Это требует сил. Это смирение, оно приводит в действие добро.

17*

259

Сдержанность

Одна моя клиентка пришла ко мне и рассказала, что вчера вечером, когда она сидела на улице, к ней кто-то подсел и спросил, что она чувствовала во время своей расстановки. При этом у нее возникло такое чувство, будто у нее что-то отняли, и это ей повредило.

В нашей терапевтической работе как терапевт, так и клиент должны учитывать, что происходящее в душе нужно оставить там, а не вытаскивать на свет и не говорить об этом много. С этим необходимо обращаться с особой осторожностью, иначе все можно разрушить.

Чаще всего терапевт вредит клиенту своим любопытством. Если клиент, идя на поводу у любопытства терапевта, станет отвечать на его вопросы, он потеряет то, что ценно для него.

Сохраняя сдержанность, терапевт тем самым помогает своей собственной душе. Отказываясь от любопытства, терапевт остается собранным, и тогда к нему приходит совсем иное понимание, чем когда он хочет за что-то взяться и сделать это. Ведь то, что мы хватаем руками, может сразу превратиться в пепел.

Соппротивление

Когда я ставлю нечто менее важное в один ряд с чем-то более важным, я обесцениваю более важное. Здесь не нужно полноты.

И это тот самый случай, когда отдельное оберегает свое достоинство, оказывая сопротивление. Чем больше станет делать терапевт, тем более он провоцирует клиента на сопротивление. Чем скорее терапевт отойдет в сторону, после того как привел нечто в движение, тем свободнее душа клиента, и она сможет найти свой путь, сохранив при этом достоинство.

Необратимые последствия

Б. Х. \ Некоторые деяния имеют необратимые последствия. В таких случаях терапевт не должен вмешиваться, чтобы повер-
260

нуть вспять ход событий, как будто это в его силах. Решением здесь будет, чтобы клиент сказал: «Да, это так, и я согласен с последствиями», — речь может идти, например, о полном одиночестве. В этом величие.

УЧАСТНИК: В этом случае величием будет сила, что исцеляет и дарит жизнь?

Б. Х. \ Да, именно так. Величие связано с отказом. Кто действительно велик, тот отказался от чего-то. Он свободен творить великое, потому что отказался.

Сострадание

Когда мы видим, какие судьбы достаются некоторым от их семьи в силу болезни или инвалидности, мы часто поддаемся искушению сострадания. А что чувствует тот, кому мы сострадаем? Он будет стыдиться показать свое страдание, потому что видит, что оно притягивает других. Те, кто страдает, оттягивают часть энергии на себя. Это удивительный процесс. Он ослабляет и страдающего, и того, кто ему сострадает. И обоих он делает слабыми.

За этим стоит представление, что его страдание плохое. Но мы же знаем, что это не так. Мы подходим к этому с поверхностной и произвольной меркой. Что же происходит в действительности, остается для нас тайным.

Помощник должен остерегаться сострадания. Иначе он лишится силы. Позиция, при которой он, сохраняя силу, защитит страдающего, — «быть рядом», с уважением, не вмешиваясь. Быть рядом и перенести все вместе со страдающим, не сострадавая. Это спокойное «быть рядом». Это удается, если мы в глубокой гармонии с миром, таким, как есть: со всем страданием, которое он несет; и всей борьбой, которую он с собой несет; концом, который ожидает каждого из нас. Из этой тесной связи с глубиной порой приходит способность помочь кому-то. Но это не способность помощника, это сила, которая исходит от общей гармонии. Оба, как страдающий клиент, так и терапевт, — в гармонии.

Судьбы меняются, только если они сами этого хотят. Терапевт при этом должен оставаться хладнокровным, каков бы ни был исход: приведет ли он к прогрессу страдающего, подарит
261

ли ему нечто целительное или страдающий сможет только посмотреть в лицо своей болезни и своей судьбе.

УЧАСТНИЦА- А если то, что я вижу, напоминает мне мою историю, и я начинаю плакать, это же только мое. Ведь я плачу не о других. Ведь я тогда не отнимаю у них силу?

Б. Х. \ Совершенно верно. Если ты тронут страданием другого, ты сопричастен. Это совсем иное, чем сострадание. Это нечто совсем иное, чем сочувствие. Тогда сидишь с ним в одной лодке, так сказать.

Полнота

УЧАСТНИЦА: Что делать с тоской по полноте или для чего она?

Б. Х. \ Тоска по полноте, или по завершенности, как я еще это называю, весьма целительна. Я могу

тебе сказать, как достичь полноты, или завершенности. Это очень просто.

Некоторые ходят 40 лет по пустыне, чтобы обрести полноту. Но я выяснил кое-что о полноте: если каждому члену моей семьи — живущему и умершему — найдется место в моем сердце, я почувствую свою полноту. Но если хотя бы один из них будет исключен, ты будешь чувствовать себя несовершенным. Совершенство примечательно следующим: если все вместе собраны в тебе, ты свободен.

Психотерапия в гармонии

Я бы хотел кое-что сказать об этом виде психотерапии. Я называю ее феноменологической психотерапией. Ее можно обозначить простым словосочетанием: терапия в гармонии.

Движение, которому следует терапевт, — это отказ от достижения цели, от намерений собственного «Я» влиять на что-либо, это процесс предоставления себя чему-то полному, смиренно и без страха. Например, я не смотрю на того, с кем я работаю. Я объединяюсь с душой — душой, которая выходит за рамки отдельной личности. Я воспринимаю клиента, будучи связанным

262

со всей его семьей, с его системой. Я в гармонии с этой системой, такой, как есть. Без оценок, без желания иметь что-то другое, может быть, лучшее. Если я в гармонии, я действую вместе с системой, вместе с чем-то большим. Оно несет меня, и я могу в гармонии с большей системой найти решение. Я не ищу его. Оно даруется мне системой, мне и моему клиенту.

Принцип такой работы: не делать больше, чем возможно и позволено. Терапевт не тот, кто смеет менять судьбу клиента, если она его на это не уполномочила. Терапевт может проверить это на себе. Собран ли он посредством своего действия или уведен прочь от своей середины.

Иногда система мне отказывает. Тогда я останавливаюсь, не желая большего, чем система мне позволяет. Это психотерапия в гармонии. Если согласиться с этим, придется признать, что большие системы подчинены определенным порядкам. Они не поддаются воздействию, они не в нашей власти. Эти порядки снова и снова проявляются иначе, чем прежде, в бесконечных вариантах.

Это можно сравнить с музыкой. Есть всего семь нот. Но какое разнообразие можно создать из них. Интервалы между ними заданы, это порядок. Если ноты предоставить свободной игре, и порядки изменятся — мы все время будем слышать что-то новое, несмотря на то, что сами ноты подчиняются определенному порядку. Так и в нашей работе.

Как будет дальше развиваться моя работа, я не знаю. Меня несет поток, и я не знаю куда. Я вовсе не хочу этого знать. Я не слежу за тем, что происходит. У моих коллег есть много новых начинаний. Удивительно, что из этого может выйти. Во-первых, я уже не могу все это охватить сознанием, во-вторых, я не могу управлять этим, и не могу себе представить, куда все это может привести. Свою часть работы я выполнил. Остальное сделают другие. Это как круги от камня, брошенного в воду. Камень ничего не может поделать с тем, что круги расходятся. Вот как я это вижу.

СКАЗКИ И ИСТОРИИ

Введение

Эта глава даст в сжатой форме представление о том, на что необходимо обратить внимание для лучшего понимания системного смысла сказок и историй. Здесь я изменяю своему привычному подходу и вытаскиваю невод с рыбой на берег. Этим рыбкам можно рассматривать с близкого расстояния, хотя они уже не могут ни жить ни плавать. Затем я снова возвращаюсь к жизни и привожу примеры того, как при помощи историй можно помогать детям и их родителям.

Судьбы в зеркале сказок и историй

Многие живут по сценарию какой-либо истории, например сказки. Такая сказка становится историей семьи. Задача психотерапии заключается в том, чтобы разоблачить такую сказку и тем самым прекратить ее воздействие на семью. При этом необходимо учитывать следующее.

1. Собственно тема

Часто сказки называют по их началу, например: *«Волк и семеро козлят»* — исключенный отец; *«Громыхтишунчик»* (*«Румпельштильцхен»*) — отданные дети; *«Гензель и Гретель»* — дети, отосланные прочь; *«Бременские музыканты»* — обреченные на смерть собираются вместе.

Иногда собственно тема озвучивается в середине, например: *«Король-лягушка»* — отвращение к мужчине.

264

Иногда - в конце, например:

«Красная Шапочка» — волк в постели бабушки (или дедушки) совершает насилие над внучкой.

2. Иллюзия

Все подобные истории содержат иллюзии, которые скрывают собственно тему. Иллюзия поставляет энергию, при помощи которой проблема поддерживается. С развенчанием иллюзии, наступлением разочарования эта энергия иссякает. Такая иллюзия часто возникает в конце сказки, например:

«Спящая красавица» (*«Терноваярозочка»*) — проснувшись через сто лет, она все еще остается молодой девушкой;

«Золушка» — если только терпеливо ждать, принц придет;

«Звездные талеры» (*«Бедная девушка»*) — если девушка отдала все, что у нее есть, за это ей воздастся.

3. Поворотный пункт

Это такое место в истории, с которого начинается трагическое развитие событий. Обычно главный герой истории в этот момент поддается искушению самонадеянности и обманчивой иллюзии. Самонадеянность чаще всего проявляется в виде принятия на себя ответственности или обязательства из сферы изначально более высокого порядка. Например, ребенок вторгается в сферу ответственности родителей или слуга — в сферу ответственности господина.

Примеры:

«Гамлет» — хочет отомстить собственной матери за своего отца;

«Верный Йоханнес» — ставит себя на место отца принца, хотя сам — всего лишь слуга;

«Храбрый Портняжка» — брачный аферист. Женится на королевской дочери, но она выясняет, что он всего лишь портной;

«Братец и сестрица» — дочь самонадеянно хочет освободить отца. Братец — это отец. В первоначальном смысле эта история о том, как отец и мать девочки были вынуждены пожениться по причине ее добрачного зачатия.

265

4. Пробелы

Нужно задать себе вопрос, что пропущено или о чем сказка умалчивает, например:

«Госпожа Метелица» (*«Девушка в колоде», «Госпожа Холле»*) — об отце;

«*Скатерть-самобранка*» — о матери; «*Белоснежка*» — об отце; «*Громыхтишунчик*» — о матери; «*Спящая красавица*» — о первой жене отца.

Недостающие лица или события часто символизируют тень, например:

«*Верный Йоханнес*» — недостающая мать короля, возможно, умерла при его рождении. Возможно, так же, как и недостающая мать Сенты в «*Летучем голландце*» Рихарда Вагнера.

5. Стратегии разочарования

а) отвлечение посредством обманной надежды (иллюзии), например:

«*Принцесса на горошине*» — достаточно быть чувствительной;

б) отвлечение на второстепенную деталь, например:

«*Волк и семеро козлят*» — седьмой козленок в футляре часов; «*Громыхтишунчик*» — как хорошо, что никто не знает; «*Алексис Сорбас*» — он танцует;

в) противоречия между тем, что делается, и тем, что при этом говорится, например:

«*Сиддхарта*» — пусть делает, что хочет, главное, чтобы он стал мудрым;

«*Маленький принц*» — самоубийство достойно зависти;

г) противоречие между чувством, которого ожидаешь, и тем, которое проявляется, например:

«*Алексис Сорбас*» — обманутый радуется, вместо того, чтобы прийти в ярость.

266

6. Смещение

Пример:

«*Рапунцель*» — месть смещается с отца на любовника. То же в «*Турандот*».

«*Летучий голландец*» — любовь смещена с матери (рано умершей) на моряка.

«*Валькирия*» — ярость смещена с матери (Фрика) на дочь (Брунгильда).

7. Место в жизни

Если посмотреть на того, кто своей судьбой напоминает определенную историю, в голову приходят постоянно повторяющиеся жизненные ситуации, на которых основана эта история, например:

«*Братец и сестрица*» («*Гензель и Гретхен*») — братец, который не может удержаться от того, чтобы припасть к источнику, воспринимается матерью и дочерью как сексуально не сдержанный отец (так же, как и в случае с сексуальным контактом, ставшим причиной вынужденной женитьбы);

«*Гадкий утенок*» — внебрачный ребенок, выдаваемый за родного;

«*Счастливый Ганс*» — дед, потерявший состояние;

«*Красавица и чудовище*» — девочка не может покинуть свой дом, так как чувствует себя в ответе за (злого) отца;

«*Золушка*» — так же, как и дочь, мать и мать матери сами вели себя как золушки;

«*Волк и семеро козлят*» — так же, как и сын, отец и отец отца чувствовали пренебрежение со стороны своих жен.

8. Симптомы

Отдавая предпочтение той или иной истории, человек демонстрирует определенные симптомы или стиль поведения, например:

«*Звездные талеры*» — иногда истощение; «*Русалка*» — боль в ногах;

267

«*Спящая красавица*» — в ее присутствии другие засыпают; иногда — прекращение развития в 13 лет;

«*Волк и семеро козлят*» — рассказчик часто носит окладистую бороду;

«*Счастливый Ганс*» — рассказчик смеется, когда что-то теряет.

9. Решения

Иногда сама история предлагает нам решение, например:

«*Сказка о том, как сын ушел из дому, чтобы узнать, что такое страх*» — герой прежде всего

должен научиться отношениям с женщиной;

«Гензель и Гретель» — брат и сестра должны признать, что они могут рассчитывать только друг на друга;

«Русалка» — она должна вернуться к себе подобным.

10. Контристории

Можно предложить следующие стратегии для развенчания историй-судеб:

- 1) изложение прямого смысла истории;
- 2) преувеличение иллюзии;
- 3) на поворотном пункте избрать иное направление развития сюжета, например:

Гадкий утенок не возвращается к матери, а продолжает свой путь;

Гамлет — вместо того, чтобы отомстить матери, уезжает с Офелией в Англию;

- 4) введение исключенного персонажа или события;
- 5) развенчание обманных стратегий;
- 6) указание на место в жизни;
- 7) работа с решениями, предложенными самой историей.

11. Примеры контристорий

«Громыхтишунчик» («Румпельштильцхен»)

Когда служанка сообщает королеве, что знает имя карлика, королева просит произнести его имя только на следующее утро,

268

когда придет карлик. Когда на следующее утро карлик является, королева спрашивает служанку: «Как его зовут?» — та отвечает: «Румпельштильцхен». Тут королева в ужасе вскрикивает: «Румпельштильцхен, так звали моего младшего брата, которого отдали чужим людям». Спящая красавица

Когда Спящая красавица погрузилась в свой глубокий сон, ее отца не было дома. Когда король вернулся, то увидел, что все в замке уснуло, тут он вспомнил проклятие тринадцатой феи. Король послал за феей, чтобы поговорить с ней. Когда она пришла, он узнал в ней свою первую жену.

Истории в помощь детям

Истории, которые я вам предлагаю, это истории в первую очередь для родителей и лишь во вторую — для детей: больших и маленьких.

Я расскажу вам истории, полезные детям, которые мочатся в кровать, страдают запорами и пачкают штаны. Я также расскажу историю о ребенке-упрямце. Это всего лишь примеры, но они могут помочь родителям самим найти или придумать подобные истории для своих детей. У родителей это лучше получится, если они будут искать решения с любовью.

Часто бывает, что дети внутренне знают, что им нужно. Но они хотят не слышать это от других, а прийти к этому самостоятельно при помощи внутреннего понимания. Тогда можно рассказывать ребенку истории, но так, чтобы установить связь с внутренним пониманием ребенка, с любовью. Установленное таким образом доверие поможет ребенку при помощи истории преодолеть свои трудности.

Ночное недержание

Некоторые родители сталкиваются с проблемой, когда их уже относительно большой ребенок мочится во сне. Таким детям можно рассказать историю, включив в нее небольшие сцены,

269

такие как, например: нужно закрыть водопроводный кран или починить водосточный желоб.

Например. Красная Шапочка пришла в гости к бабушке. Она уже собиралась войти в дом, когда заметила, что водосточный желоб сломан и вода капает на крыльцо дома. Тогда Красная Шапочка сказала про себя: «Сначала я починю желоб». Она пошла в сарай, взяла немного смолы и лестницу. Приставила лестницу, взобралась по ней на крышу и заделала дырку в водосточном желобе, чтобы вода не капала на крыльцо. Только после этого Красная Шапочка зашла в дом бабушки.

Или. Приходит как-то утром к Белоснежке один из семи гномов и жалуется, что всю ночь на него капало с крыши и он проснулся в совершенно мокрой кровати. Белоснежка сказала: «Сейчас я все сделаю». Когда все гномы ушли на работу, она взобралась на крышу и, обнаружив, что одна черепица просто съехала в сторону, поправила ее. Когда гном вернулся вечером с работы, он был такой уставший, что даже забыл спросить Белоснежку про крышу. На следующее утро он об этом и не вспоминал, потому что все было в порядке.

Один отец, у дочери которого была такая проблема, рассказал ей эти истории, и они сразу подействовали. На следующее утро кровать была сухая. Но при этом он узнал еще кое-что интересное.

Раньше, когда он рассказывал дочери сказки перед сном, она слушала очень внимательно и следила за тем, чтобы он ничего не пропустил и не добавил от себя. Но сказка о Красной Шапочке, рассказанная с изменениями, не вызвала у нее ни малейшего протеста, она восприняла эти изменения как сами собой разумеющиеся. Это говорит о том, что знающая душа ребенка объединяется с рассказчиком. Душа хочет найти решение, но оно не должно быть озвучено дословно, тогда ребенок с помощью понимания и мужества сможет сделать что-то новое.

Конечно, ребенок понял, что хочет сказать отец, иначе ничего не изменилось бы. Но, не называя саму проблему, отец проявил уважение к стыду ребенка. Ребенок почувствовал глубокое уважение к себе, почувствовал, как бережно к нему относится отец, и смог соответственно среагировать. Ребенок и сам знает, что мочится в постель, не нужно ему об этом говорить. Он также знает, что этого делать нельзя. Ему

270

не нужно об этом говорить. Когда ему дают советы или напоминают о его проблеме, он чувствует себя униженным. Если такой ребенок следует совету, он утрачивает часть собственного достоинства, в то время как родителям достоинства «прибавляется». Ребенок защищается, не воспринимая совета. Именно потому, что я даю ему совет, он должен поступить иначе, чтобы сохранить чувство собственного достоинства. Достоинство — это главное для любого человека, также важно оно и для ребенка. Только если ребенок почувствует, что совет дан ему с любовью, он последует совету.

Запор

Детям, страдающим запорами, можно рассказать историю о мешке, в котором проделали дырку, так что его содержимое высыпалось наружу. Например. Один гном нес мешок, полный песка. Мешок был очень тяжелый, и гном мечтал поскорее от него избавиться. Случайно мешок напоролся на сломанную ветку. Ветка продырявила мешок, и песок высыпался из него. Гном почувствовал большое облегчение.

Дети, которые пачкают штаны

Если ребенок какает в штаны, можно рассказать ту же историю, только наоборот. Например. Другой гном нес тяжелый мешок, который сильно давил ему на спину. Тогда гном подумал: «Зачем

же мне нести его так долго?» Он нарочно проткнул в мешке дырку сломанной веткой, и из мешка все высыпалось. Гном обрадовался, что мешок стал таким легким, и даже не обернулся. Но когда он пришел домой, его мать очень расстроилась, ведь мешок был полон золота. Гном решил: «В следующий раз я понесу мешок подольше, даже если он будет немного давить мне на спину».

Такие истории хороши тем, что дают нам картину-решения, когда мы сами уже не знаем что делать. Такие картины мобилизуют внутренние силы.

Дети обладают очень тонким внутренним слухом, который сразу отказывает, если такие истории рассказаны не из чувства доброжелательности.

271

И еще кое-что нужно учитывать, чтобы такие истории действовали. Как я уже говорил, ни в коем случае нельзя обозначать собственно тему, будь то запор, мокрая кровать или мокрые штаны. Просто расскажите историю, оставьте тему закрытой и доверьтесь тому, что ребенок сам найдет подходящий ему путь. Поэтому хорошо, если история рассказана как бы между прочим, например за столом, или чтобы отец рассказал историю матери (или наоборот), чтобы было не очевидно, кому предназначается эта история. Или можно сказать: «Я слышал, как отец рассказал одному мальчику такую историю...» Тогда история рассказывается не ребенку, это просто рассказ о том, как одному мальчику папа рассказал историю.

Обратите внимание и на разницу чувств и внутренних процессов, если я скажу: «Красная Шапочка решила починить водосточный желоб и направилась в сарай...» Или я скажу: «Красная Шапочка сказала про себя: «Я приведу этот желоб в порядок», и пошла в сарай...»

Когда я рассказываю, что кто-то решил сделать что-то, например, утенок решил: «Я помогу сегодня маме», или: «Сегодня я буду немного быстрее», или: «Сегодня я точно пойму, как это делается», тогда ребенок, слушая историю, произносит эти фразы про себя. Эти фразы превращаются в намерения ребенка, без всякого постороннего принуждения.

Ребенок-упрямец

Теперь я расскажу вам историю о неистовом ребенке, или ребенке-упрямце.

Однажды где-то на юге, когда день только занимался, одна мартышка взобралась на пальму и, размахивая тяжеленным кокосовым орехом, стала вопить что было сил.

На этот крик пришел верблюд. Он посмотрел на мартышку снизу вверх и спросил:

— Да что с тобой сегодня?

— Я жду большого слона, — ответила мартышка.

— Я тресну ему по башке этим орехом, да так, что башка у него треснет и искры из глаз посыплются!

Верблюд подумал: «Чего же она хочет на самом деле?» Ближе к обеду пришел лев. Он лег под дерево, собравшись подремать, и тут услышал истошные вопли мартышки.

272

— Что это с тобой сегодня? — спросил лев.

— Я жду большого слона. Я тресну ему по башке этим орехом, да так, что башка у него треснет и искры из глаз посыплются!

Лев подумал: «Чего же она хочет на самом деле?» После обеда пришел носорог. Услышав, как вопит мартышка, он удивленно спросил:

— Что с тобой сегодня?

— Я жду большого слона. Я тресну ему по башке этим орехом, да так, что башка у него треснет и

искры из глаз посыплется!

Носорог подумал: «Чего же она хочет на самом деле?» Вечером пришел большой слон, потеряв об пальму, стал срывать хоботом листья и есть их. Маленькая мартышка сидела на верхушке пальмы, замерев от страха, не решаясь вымолвить ни слова. Большой слон посмотрел вверх и, увидев мартышку, спросил:

— Что это с тобой сегодня?

— Ничего. Я тут сегодня днем орала без умолку, но ты же не принял это всерьез?

Слон только подумал: «Чего же она хотела на самом деле?» Потом слон протрубил, собрал свое стадо и потопал своей

дорогой.

Мартышка еще долго сидела тихо. Потом она спустилась на землю, расколола свой орех об камень, выпила молоко и стала есть мякоть.

Еще кое-что необходимо учесть. Несознательное не воспринимает отрицания. Когда мы, например, говорим ребенку: «Смотри не упади!» — душа слышит: «Смотри, упадешь!». Душа не слышит частицу «не». Поэтому полезно формулировать подобные фразы утвердительно, без частицы «не». Например: «Будь осторожен!» — или: «Счастливого пути в школу!» — или: «Обращайся с ножом осторожно!» В этом смысле также полезно в процессе рассказа истории формулировать все фразы утвердительно.

18-5433

РЕЛИГИЯ

Введение

Рассуждать о религии всегда рискованно, поскольку мы практически ничего не знаем о тех вещах, на которых она основана. Но мы можем проанализировать, что происходит с нами, если мы тем или иным образом причастны к религии, и какое воздействие это оказывает не только на нас, но и на других: объединяет религия людей или разобщает. В настоящей главе речь пойдет об осознании такого воздействия.

Религии

Все религии, известные на Западе, основаны на проведении различия между добром и злом. Они являются, так сказать, продолжением учения о добре и зле.

Откуда же идет это различие? Проведение различия между добром и злом характерно только для человеческого сообщества. Только люди различают такие понятия, как «добро» и «зло». Давайте рассмотрим, в чем кроются корни этого различия? В нашей совести. Причем такая совесть ограничена весьма узкими рамками.

Совесть — это один из последних мифов западного образа мышления, который необходимо разоблачить, чтобы наконец преодолеть скверные последствия этого мифа. Совесть — это, по сути дела, некий инстинкт. Это инстинкт, при помощи которого мы способны к непосредственному восприятию вещей. Аналогично тому, как в процессе поддержания равновесия мы во всякий момент можем определить, находимся мы в равновесии или нет, мы пользуемся совестью для непосредственного восприятия того, имеем мы право на принадлежность или нет. Право на принадлежность в нашей семье.

274

Состояние совести зависит только от наличия права на принадлежность или его отсутствия.

Поэтому совести не присущи определенные общие принципы, она только призвана ответить на конкретный вопрос: «Что я должен сделать, чтобы иметь право на принадлежность, чего я должен избегать, чтобы не утратить это право?»

В этом смысле спокойная совесть — это не что иное, как: «Я уверен в своем праве на принадлежность», а беспокойная совесть: «Я должен следить за тем, чтобы не утратить свое право на принадлежность».

Это то же, что и поддержание равновесия. Как только мы теряем равновесие, мы начинаем падать. Ощущение падения настолько неприятно, что вынуждает нас немедленно восстановить равновесие. Так же и беспокойная совесть вынуждает нас таким образом изменить свое поведение, чтобы вернуть себе право на принадлежность. Это и есть основная функция совести.

Отсюда идет различие добра и зла. Но совесть различает добро и зло только в одном смысле: хорошо только то, что гарантирует мое право на принадлежность, а плохо только то, что ставит это право под угрозу. Такое различие добра и зла характерно только для отношений внутри семьи. Плохим для семьи будет то, что не соответствует ее устоям. Поэтому с помощью или под влиянием этой совести мы иногда проклинаем и, исключаем других. Таким же образом различие добра и зла в рамках одной семьи переносится и на отношения между другими группами.

Группы, которые служат интересам моей семьи или похожи на нее, — хорошие, свои. Другие, те, что совесть причисляет к плохим, — чужие. Совесть побуждает нас бороться со злом. Зло должно быть истреблено, добро должно рано или поздно восторжествовать. Различия между добром и злом и все последствия этого идут от совести.

Христианство и другие религии строятся на различии добра и зла. Сферой обитания добра является небо, а сферой обитания зла — ад. Поэтому можно с удовольствием смотреть, как попавшие в ад горят в адском огне. И это плохо, очень плохо.

С этим связано представление о том, что Бог признает различия, проводимые совестью. То есть Бог вознаграждает тех, кто следует велению совести, и наказывает тех, кто грешит

18*

275

против нее. Это и есть причина всех крестовых походов и религиозных войн.

Это — одна сторона совести. Но есть у нее и другая сторона. Совесть следит за равновесием между «давать» и «брать». Если я что-то получил в подарок, я получаю от своей совести импульс, выраженный потребностью сделать ответный подарок. Только после этого я снова чувствую себя хорошо. Такая потребность занимает высокое место в системе ценностей семьи или в рамках другой группы, поскольку делает возможным обмен «давать — брать». Без удовлетворения потребности в компенсации процесс обмена в человеческих отношениях был бы невозможен.

Потребность в компенсации имеет двойной смысл. Получив что-то хорошее, я отдаю тоже что-то хорошее. Причинившему мне зло я плачу той же монетой. Потребность в компенсации выражена как в «хорошем», так и в «плохом». И это тоже важно для семьи.

В скобках замечу, что это важно и для отношений в паре. Необходим обмен как хорошим, так и плохим. Это значит, что, если один обидел другого, тот должен тоже обидеть партнера, но чуточку

меньше. Это «чутьочку меньше» имеет решающее значение, поскольку только так может возобновиться обмен хорошим. Но вернемся к нашей теме.

Когда судьба дарует нам что-то, к примеру, избавление от смертельной опасности, мы чувствуем потребность в компенсации. Или говорящий, что получил от Бога дар, тоже чувствует потребность отблагодарить за это Бога, как будто Бог — просто человек, который ожидает ответного дара. Потребность в компенсации — причина кровавых жертвоприношений. Кровь всех принесенных в жертву — следствие потребности в компенсации. Любое искупление — следствие потребности в компенсации. И это называется религиозностью! Ужасно!

Дети, принесенные в жертву, указывают нам это направление, кровавые жертвы, которые остались в прошлом, и бескровные жертвы, которые практикуются и в наше время. Мы приносим в жертву наших детей в надежде, что Бог за это ниспошлет семье свою благодать, или в надежде, что дети смогут искупить грехи родителей.

Каково же решение? Решение я описал в своей истории «Другая вера». Богу, который требует приношения в жертву наших детей, нужно открыто противостоять. Нужно отречься

276

от такого бога и отдаться на волю чего-то большего, таинственного. Это решительный шаг. Из этого заколдованного круга, я бы сказал, дьявольского круга, можно вырваться, только если, преодолев пределы совести, мы сможем признать и обрести то общее и великое, что объединяет всех людей, способствуя развитию.

К этому ведут глубокие движения души. Они проявляются там, где преодолены различия между добром и злом. Эти движения служат в конечном счете примирению и единению того, что было разъединено посредством добра и зла. Но такой отход, преодоление совести, — не простое дело. Это большое духовное свершение, результат очищения духа и сердца.

В завершение я хотел бы привести вышеупомянутую историю.

История «Другая вера»

Однажды одному человеку приснилось, что услышал он Глас Божий: «Встань, возьми сына своего, любимого и единственного, взойди с ним на гору, что я укажу тебе, и принеси мне его в жертву — убей его!»

Утром он проснулся и посмотрел на сына своего, любимого и единственного, посмотрел на жену свою, мать своего сына, посмотрел на Бога своего. И повел он сына своего и вошел с ним на гору, построил на вершине алтарь. Он связал ребенку руки, вынул нож и хотел убить его. Но тут услышал он другой голос и вместо сына убил овцу.

Как смотрит сын на отца?

Как смотрит отец на сына?

Как смотрит жена на мужа?

Как смотрит муж на жену?

Как все они смотрят на Бога?

Как смотрит Бог, если он есть, на всех на них?

Другому человеку приснилось однажды, что слышал он Глас Божий: «Встань, возьми сына своего, любимого и единственного, взойди с ним на гору, которую я укажу тебе, и принеси его. мне в жертву — убей его!»

Утром он проснулся и посмотрел на сына своего, любимого и единственного, посмотрел на жену свою, мать своего сына, посмотрел на Бога своего. И сказал он Богу прямо в лицо: «Я этого не сделаю!»

277

Как смотрит сын на отца?

Как смотрит отец на сына?

Как смотрит жена на мужа?

Как смотрит муж на жену?

Как все они смотрят на Бога?

Как смотрит Бог, если он есть, на всех на них?

Уважать тайну

Если посмотреть непредвзято, что происходит в душе человека, когда он исповедует какую-либо религию, можно увидеть, что религиозный опыт начинается там, где человек достигает своих границ, за которые он не способен заглянуть, за их пределы не достают ни его знание, ни его желания, ни его страхи. Уместной религиозной позицией, с моей точки зрения, будет остановка перед такой границей и уважение тайны, которая скрыта по ту сторону границы. Это и уважение, и благоговение одновременно. Такая позиция — источник огромной силы, именно в силу уважения перед тайной.

Некоторые не могут выдержать то неизведанное и великое, о чем мы, возможно, догадываемся, но не можем постичь. Они пытаются понять, что за этим скрывается, или пытаются влиять на это с помощью ритуалов, жертвоприношений, или молитв, или еще как-то. Это религия, как мы ее привыкли воспринимать, но это не та религия, которую я описывал выше. Она избегает тайны, ее силы и ее бесконечной дали.

Психотерапия так же находит свое выражение в двух видах. Существует такая психотерапия, которая претендует на возможность преодоления границ, способность управлять судьбой, менять ее. И существует психотерапия, которая всерьез воспринимает границы и останавливается перед ними. В рамках такой психотерапии серьезно воспринимается, например, воля человека к смерти в силу болезни. Терапевт не пытается убедить клиента в том, что тот может уйти от смерти или болезни, он ведет клиента к границе и вместе с ним ждет. Терапевт сосредоточен, собран, подчинен. Он обладает большей силой по сравнению с той, которой обладает терапевт, пытающийся изменить судьбу.

278

Психотерапия, которую я вам демонстрирую, именно такого рода. Поэтому она обладает духовным или религиозным измерением, в смысле остановки перед тайной и уважения ее.

Хранить молчание

Я часто думаю о психотерапии и религии. Многие полагают, что моя работа духовна и религиозна. Я в этом не уверен.

Религиозные чувства овладевают нами тогда, когда мы подходим к своей границе или оказываемся перед лицом тайны, познать которую мы не в состоянии. В этот момент мы останавливаемся. Вместо того чтобы идти дальше, мы останавливаемся. Эта остановка — важнейшая часть религиозного чувства и религиозного исполнения: остановка перед границей и перед тайной. Если внутренне следовать этому, как оно есть, если остановиться, почувствуешь движение в душе, или в груди, или в сердце. В этот момент открывается некий горизонт. То, что связывает нас с тем, что находится по ту сторону границы, по ту сторону любого знания, это и есть остановка. Остановка связывает.

Такое религиозное чувство, религиозное исполнение, по сути своей просто. В такой позиции, в процессе такого свершения все равны. Различия отсутствуют. Это глубоко личное свершение. Среди тех, кто отважился на подобное свершение, кто остановился, возникает глубокая, покойная общность. Такая религия объединяет.

В момент остановки перед границей мы замечаем, сколько сил от нас требует просто хранить молчание и не идти вперед. Это трудно выдержать. Многим стоит больших усилий остановиться. Вместо этого они пытаются перейти границу. Они создают себе образы, ищут обоснования, строят теории о том, что может быть за границей, возможно, получают при этом особый опыт. И все же им не удается наладить связь с тем, что находится по ту сторону, хотя они и называют это религиозным опытом.

Некоторые заходят так далеко, что даже обнародуют свой так называемый религиозный опыт и требуют, чтобы в него поверили другие. Это странно. Я считаю это противным религии.

В процессе психотерапии или вообще в процессе исцеления, в широком смысле, врач, или терапевт, или помощник, или тот член семьи, который сопровождает процесс исцеления, получает такое же представление о границах и тайне, за

279

переделы которых выйти невозможно. Что же придаст силы тому, кто действует (или призван действовать), и тому, кто страдает? Хранить молчание, просто хранить сосредоточенное молчание. Так они познают внутреннее движение, идущее издалека и возникающее в сердце, и собранность. Перед этим необходимо остановиться, что бы это ни было. Даже если там смерть. Вот что я подразумеваю под религиозностью.

Но если я вместо того, чтобы остановиться на границе, там, где она есть, начну что-то делать, предпринимать какие-то лихорадочные попытки, это сродни тому, что происходит, когда подходишь к границе и не в состоянии хранить молчание. Это попытка перейти границу вопреки неспособности и невозможности, попытка, заранее обреченная на провал.

Образы Бога

УЧАСТНИЦА (страдает дыхательной недостаточностью): Моя сестра раньше жила в монастыре. Но с тех пор, как она начала страдать дыхательной недостаточностью, она покинула монастырь. Некоторое время я сопровождала ее на этом пути.

Б. Х.: Она была Христовой невестой?

УЧАСТНИЦА: Да.

Б. Х.: Возможно, вы, сестры, вместе платите за ее освобождение из монастыря, чтобы Бог с этим примирился. Такое бывает, хотя это и странно.

УЧАСТНИЦА: Да, очень.

Б. Х. (обращаясь ко всей группе): Нужно считаться с тем, что у Бога есть земные невесты, иначе он был бы совсем один там, на небе. Что ему остается делать?

Мы смеемся над этим, но это правда. Это внутренние образы. Если бедная невеста бросает своего

жениха, она и вправду думает, что причинила ему зло. Это восхваление Бога. Такие представления о Боге ужасны. Невероятно, что иногда происходит в людских головах. Это же в принципе сплошные дети. Эти Христовы невесты (или Божьи невесты) — как дети малые. Удивительно. Это просто небесный инцест какой-то.

Я выражаюсь несколько фривольно, чтобы разоблачить некоторые абсурдные представления, которые некоторыми людьми правят на протяжении всей их жизни.

280

Критика церкви

Крупные организации и движения, такие, как церковь или христианство, можно рассматривать с критической точки зрения, если захотеть. Это масштабные исторические движения, в рамках которых во имя большего совершаются как хорошие, так и плохие дела. Но, думаю, критиковать их, превозносясь над ними, не годится. Ведь тот, кто критикует, черпает силу именно из того, что он критикует. Бросая упреки, он в своей критике живет за счет церкви и христианства.

Высшее благо

УЧАСТНИЦА: Если для души жизнь и здоровье не есть высшая ценность, то, может быть, это любовь?

Б. Х.: Для ребенка это любовь, но ребенок подразумевает под этим: «Я хочу принадлежать вам, чего бы мне это ни стоило, даже если это будет стоить мне жизни». Это детская любовь. Такая любовь слепа, поскольку она основана на представлении, что ребенок способен помочь своим родителям, если им плохо. Поэтому дети не боятся смерти, не боятся страдания и вины, принимая на себя что-то, что принадлежит родителям. Сила детской любви невероятна. Это любовь, которая приводит к болезни, потому что она слепа.

Задачей терапии в этой связи будет выявление детской любви. Тогда ребенок не сможет уже любить так слепо, потому что видит, что мать, страдания которой он принимает на себя, не желает этого, ведь она тоже любит свое дитя. Ребенок будет вынужден отказаться от тех представлений, которые он связывал с любовью.

Это приводит к душевному очищению и просветлению. Тогда ребенок воспринимает свое здоровье и свою жизнь как отказ от власти, испытанной вины и своего необоснованного величия. Поэтому и переход из состояния слепой любви в состояние зрячей любви подобен духовному свершению. Такое свершение требует от ребенка многого. И счастье требует от него много большего, чем уход, громкие рыдания и страдание.

УЧАСТНИЦА: А что является высшей ценностью для взрослого?

281

Б. Х.: Нет высшей ценности. В гармонии не существует ничего высшего, внутри нее нет места для каких-либо различий. Гармония сама по себе есть нечто большое и великое. Ничего высшего не существует. Все едино. Ты замечаешь, что происходит в душе, если ты соглашаешься с тем, что все едино?

УЧАСТНИЦА: Она становится много шире.

Движения души

Наша работа и то, что выявляется в процессе работы, содержат в себе нечто духовное и религиозное, не важно, что понимать по этим. Я иногда думаю о том, в какой степени последствия моей работы и того, что в процессе этой работы выявляется, отражаются на религиозной позиции. Это побуждает нас признать землю, признать, что мы во всех смыслах вплетены в нечто земное,

что движет нами и что нам постичь не дано. Мне представляется, что многие религии направлены на то, чтобы не позволять нам смотреть в глаза реальности.

Только глядя в глаза реальности, мы способны на глубокое смирение, с тем, что стоит за всем этим, объединяет нас, создает доверие и делает в итоге возможным то, что, в сущности, имеет смысл. Меня глубоко впечатляет тот факт, что в процессе семейных расставаний иногда происходит нечто, что само приводит к решению, которое не подвластно никакому человеческому планированию. Эта сила исходит от любви и служит примирению. Приведу пример.

В одном из моих курсов участвовал мужчина, который рассказал, что его жена после автомобильной аварии уже многие годы находится в коме. Будучи в коме, она родила ребенка, дочь. Он попросил меня расставить эту ситуацию. Я расставил заместительниц жены и дочери, заместителя бывшего друга жены и заместителя его самого. Дочь стояла напротив жены, бывший друг поодаль от них, а муж несколько в стороне. Я не вмешивался. Я сел, и процесс стал развиваться сам по себе. Я предоставил каждого из них движению его души и движениям Большой Души.

Сначала бывший друг матери стал медленно приближаться к ней, проявляя глубокую любовь. Он встал за ней, а она упала назад, закрыв при этом глаза. Дочь медленно двигалась к матери.

Затем заместитель мужа, отца ребенка, сначала не проявлял никаких чувств. Я отодвинул его немного назад, чтобы он не мешал разыгравшейся сцене. Дочь подошла к матери, обняла ее, а друг матери обнял сзади обеих.

Затем заместитель мужа подошел сзади к жене и дочери и обнял их, а друг матери медленно отошел назад. Я не испытывал ничего более прекрасного и глубокого, чем такая привязанность, такая любовь, такое единение. Напомню, все происходило само собой.

Существует такая сила, земная сила, которая глубоко воздействует на любовь и на признание каждого. Она воспринимает каждого как равноценного и равноуважаемого, всякий в равной степени важен для нее. Именно она приводит к подобному решению. Для меня это и есть действие души. Насколько она велика? Этому я не знаю. Насколько она богата? Это мне неизвестно. Но это не есть божественное. Это нечто земное. Одновременно в ней действует сила, которая ужасна. Все в одно и то же время. Сила, которая страшна и творит зло. Но кажется, что и она, если дать ей подействовать, приводит к такому единению, которое соединяет разобщенное.

Процесс не мог бы протекать с такой глубиной, если бы мы вмешались в него со своими религиозными представлениями, которые известны нам из христианства разных конфессий и других религий. Все иное, что мы привыкли считать религиозным, разрушило бы религиозное, каким мы его здесь видели.

И еще кое-что необходимо учитывать. Собственно тайна остается недоступной нам навсегда. Нельзя рассматривать это как религиозное движение. Но, уважая это, такое, как есть, уважаешь то, что стоит за ним.

Если в свете данного опыта посмотреть, что происходит с людьми, которые избрали для себя путь духовный в его радикальном варианте, как, например, буддийские монахи, многие святые

католической церкви, многие мистики, то, как мне кажется, они ищут очищения и просветления. Аскетизм является зачастую отрицанием реальности настоящего времени, отказом принять обыденное. Часто такой аскетизм связан с чувством превосходства над так называемыми обычными людьми. И это подозрительно. Это противоречит опыту, который призывает нас рассматривать всех на одном уровне: добрых и злых, живущих и умерших.

283

ЖИЗНЬ И СМЕРТЬ

Введение

Жизнь и смерть пронизывают друг друга. Мы можем жить, только если признаем смерть и пребываем в гармонии с ней. Настоящая глава проведет нас по пути к смерти и умершим и по тому же пути в обратном направлении. Умершие делают нашу жизнь богаче.

Собранность и смерть

Собранность означает, что многое собирается вокруг одной цели. Если вы собираете свои силы сначала вокруг того, что направлено к многообразному, а затем направляете их на то, что происходит здесь, тогда вы собираетесь вокруг того, что происходит здесь. Если вы отвлекаетесь на другие мысли, это мешает происходящему. Вы вторгаетесь в происходящее, нарушая его. Происходящее пугает некоторых, поскольку внезапно происходят такие вещи, которые мы исключаем в процессе обычной жизни. Мы сталкиваемся с такими вещами, которые противоречат нашим обыденным представлениям о добре и зле, лишая нас удовлетворенности жизнью.

Особенно трудным для нас является проявление смерти во всей ее силе и величии. Смерть — это именно то, чего мы не хотим видеть, чего мы боимся. Многие воспринимают смерть как конец всего и рассматривают то, что будет после смерти как огромную потерю, а жизнь воспринимают в качестве высшей ценности, которую необходимо хранить так долго, сколько возможно, потому что после смерти все потеряно. Но, насколько мы можем видеть из происходящих здесь движений души, некоторым жизнь не представляется такой уж важной. Это глубокие движения души, на примере которых видно, что пред-

284

ставление о жизни как высшей ценности сомнительно. Приходится признать, что жизнь — это нечто проходящее, временное. То, что предшествует жизни, откуда она пришла, это нечто, что больше самой жизни. Иначе жизнь не смогла бы прийти к нам оттуда. Прекращаясь, жизнь погружается туда, откуда она пришла. Таково мое представление об этом. А куда же иначе исчезает жизнь?

Наблюдая за расстановками, мы видим, что умершие не исчезают, они определенным образом влияют на нашу жизнь, мы тесно связаны с ними, у них существуют свои потребности, претензии к нам, ожидания. И наоборот — порой мы сами обращаем к ним свои ожидания и требования. Царство живых и царство мертвых пронизаны друг другом, мы в состоянии и должны научиться участвовать в этой игре жизни и смерти, сменяющих друг друга. Эта иная внутренняя собранность, чем если мы смотрим только на видимое, непосредственное, имеющее смысл и живое. Тогда наши корни намного глубже в земле, мы прочнее связаны с ней.

Это взаимодействие и взаимное проникновение обеих сфер великолепно описывает Рильке в своих «Сонетах к Орфею». Если дать себе вчувствоваться, можно включиться в эту игру жизни и смерти, игру живых и умерших. В своем сокровенном смысле такая сосредоточенность очень глубока и способствует развитию целого.

Живущие и умершие

Я понял кое-что важное об умерших. Многие живущие стремятся уйти к умершим. Но, если уважать умерших, они сами придут к живым и будут доброжелательны по отношению к ним. Они приходят, но держатся на расстоянии, они присутствуют, и они дружелюбны.

Многие думают, что мертвым плохо. Они действительно думают, что мертвым очень плохо. Но можно сказать иначе: умершие покоятся. Трудно только живым, мертвые покоятся.

Кто бежит от смерти, того она догонит. Кто уважает смерть, того она ведет.

285

Все живое несовершенно. Мертвые совершенны. Стремление к совершенству — это в глубине души стремление к смерти. Чтобы остаться жить, нужно уважать несовершенство.

Аскеты заранее отнимают у жизни нечто, чего она должна лишиться несколько позднее. Странные они, эти аскеты.

Прийти и уйти

Существует широко распространенное мнение, что умершие исчезают. Их хоронят, и их больше нет. На могилу ставят тяжелый могильный камень, чтобы мертвые не смогли подняться из могил. Это изначальный смысл погребения. Он лежит недвижим — его больше нет. Это странное представление, что их уже нет.

Мартин Хайдеггер дает этому удивительно красивое описание. Он говорит: «Потаенное появляется на свет, становясь явным, а затем снова погружается в потаенное. Потаенное существует как потаенное. Но оно существует, оно не исчезло. Оно всплывает и снова погружается».

То же самое происходит и с истиной. Что-то появляется из области скрытого и снова погружается обратно. Поэтому мы и не можем познать истину. Истину невозможно сформулировать четко. Многие думают, что истина верна и вечна, что можно обладать ей. Нет, она показывается ненадолго и снова исчезает. Мы можем это наблюдать в процессе расставок. Она иная при каждом своем новом появлении. У истины много ликов. Истина — свойство тайного, которое на миг становится явным.

Так же и жизнь появляется из небытия, которое мы познать не в состоянии, и снова погружается в небытие. Собственное великое всегда скрыто. Это огромный мир. То, что мы способны воспринять в момент появления, нечто проходящее и ничтожно малое, по сравнению с тем большим.

Умершие покоятся в сфере скрытого. Они влияют на наш мир и если позволить им это, наша жизнь становится подвижна ими.

Но тот, кто погружается в скрытое до времени, действует против этого процесса. И тот, кто цепляется за жизнь больше отпущенного времени, кто пытается удержать жизнь насильно, также совершает преступление против потока «появление —

286

погружение в непознанное». И то, и другое — против потока. «Слишком ранний уход» — неуважение к тому, что появляется на краткий миг. Так же и «удержание жизни» (страстное желание быть всегда здоровым, хотя и время уже пришло). Если время истекло, уместно отпустить нить жизни и погрузиться в небытие. Поэтому я как терапевт поддерживаю жизнь живущих при помощи умерших, если я вправде, настолько долго, насколько подобает. Но если время прошло, я

никого не держу. И это моя позиция. Я не хочу противиться судьбе, идти против потока жизни, не хочу нарушать ее потока.

В такой позиции обретаешь спокойствие и глубину. Можно мысленно входить в одну сферу и в другую. Ты связан с истоками жизни. То, что выявляется, не оторвано от скрытого. Оно существует.

Движение к смерти

В душе человека живет стремление к смерти и умершим. Это очень кроткое и глубокое движение. Все движение жизни — стремление назад, туда, откуда появилась жизнь. Жизнь стремится туда, откуда она пришла. Это глубокое, кроткое движение мы могли наблюдать. Можно было видеть, насколько оно глубже и больше, чем так называемое счастье. Идущий вместе с этим движением находится в гармонии со всем, что ни есть, в полной гармонии.

Иногда в этом движении, в следовании ему возникает восходящий поток, тепловой поток, который поднимает нас. Ведь некоторые слишком рано поддаются движению. Они уходят прежде времени, и это очень плохо.

Принятие жизни и уход из нее

Жизнь приходит к нам издалека, и мы не знаем, откуда она берет свое начало. Она течет издалека и достигает нас. Она берет нас. Не мы ее. Она приходит из своего начала, берет нас, использует нас на своей службе и снова бросает нас к первоистоку, что бы это ни было.

287

Душе известны и изначальные причины, и происхождение жизни. Она стремится назад к первоистоку через некоторое время. Жизнь берет нас, мы чувствуем себя несомыми ее потоком, зная при этом, что она висит на шелковой нити. Через некоторое время нить обрывается, и мы снова возвращаемся к первоистокам.

Душа не испытывает страха перед этим движением. Иногда «Я» боится его. «Я» в меньшей степени боится возврата в небытие, а в большей степени боли, связанной с переходом в небытие. Тот, кто находится в гармонии с таким движением, ведет себя в соответствии с тем, чему содействует. Ведь жизнь, беря нас, требует от нас согласия с ее движением. Так мы в согласии и с жизнью, и с ее концом, когда приходит время.

Движению к жизни и обратно к смерти присущи определенное время и определенный порядок. Некоторые расстаются с жизнью преждевременно, прежде чем завершено движение. Они делают это, подчиняясь внутреннему движению. Оно самонадеянно. Если, например, ребенок рано потерял своих родителей, его охватывает стремление уйти за матерью или за отцом, за братом или сестрой, которые умерли прежде времени. Ребенок полагает, что сможет их обрести вновь, так говорит ему его жизненный опыт.

Это детское представление. Часто ребенок также считает, что он будет рад и что умершие будут рады, если он соединится с ними, т. е. что они встретятся всей семьей. При этом мы забываем о том, что умершие не живут больше, они ушли обратно, туда, откуда пришла жизнь.

В «Тристане и Изольде» Вагнер называет это генетическим забвением. Там не существует отношений в том смысле, который известен нам из жизни. Тот, кто думает, что сможет снова

увидеть умерших, тот не понимает глубины и окончательности этого движения.

Многие думают, что могут своим уходом из жизни не только обрадовать умерших, но и спасти их. Такое представление часто является одной из значимых причин тяжелой болезни. Решением будет — вернуться к взаимосвязям на более высоком уровне, снова отдаться потоку жизни и жить, сколько угодно жизни и сколько она позволит. Так человек обретает гармонию. Это может пробудить в болезни целительные силы, и время, которое осталось, удлинится.

288

Это одна сторона. Но существует и другая. Некоторые держатся за жизнь сверх отпущенного времени, когда отпущенное время уже прошло. Тем самым они нарушают движение души. Усиленные реанимационные мероприятия — это попытка остановить движение, несмотря на то, что в принципе все уже случилось. Многие врачи и терапевты даже обязаны это делать, так они вторгаются извне в движение к смерти, нарушая его ход.

Смерть и завершение

Но как умершие воздействуют на нас? Умершие лишь медленно уходят от нас, оставаясь какое-то время поблизости. Некоторые остаются рядом с нами особенно долго. Это те, о ком не скорбели, или не уважали, или исключили, или забыли. Особенно долго остаются те, о ком мы ничего не хотим знать или кого боимся. Скорбь возможна, если предаться боли и, проходя через боль, уважать и почитать умерших. Если по умершим скорбели, их почитают, они уходят. Тогда жизнь для них — в прошлом, они могут покоиться с миром.

У Рильке есть стихотворение об Орфее, Эвридике и Гермесе: «Своею переполнена кончиной, она в себе замкнулась⁸». Смерть — это завершение. С таким представлением о смерти мы иначе относимся к ней. В том числе к тем, кто умер слишком рано, в том числе к мертворожденным детям. Нам часто кажется, что такие дети лишились чего-то. Но чего они могли лишиться? Самое важное есть и остается за пределами жизни, до нее и после нее. Это то, откуда мы приходим в жизнь, и то, куда уходим после.

Если мы отпускаем умерших от себя, они благотворно влияют на нас из царства мертвых, они не тяготят нас и не требуют от нас никаких усилий. А тот, кто долго скорбит об умерших, удерживает их около себя, несмотря на то, что умершие хотят уйти. Это плохо как для умерших, так и для живых. Скорбь бывает долгой, когда мы в чем-то виноваты перед умершим или не признаем этого. Живущие скорбят не слишком долго. Фрейд наблюдал это в случае с президентом Вильсоном. Когда через год после смерти

⁸ Перевод с немецкого К. П. Богатырева.

19-5433

289

жены он женился вновь, Фрейд написал: «Это признак того, что он очень любил свою жену. Если любил и скорбел, жизнь продолжается и любимые умершие соглашаются с этим».

Уважение к умершим

Большая душа не делает различий между живущими и умершими. Все они — жители одного царства. Когда страх перед умершими проявляется в попытке отграничиться от них, это имеет плохие последствия. И наоборот: если еврей, который выжил, говорит своим погибшим родственникам: «Я тоже иду», он сможет жить еще столько, сколько ему отпущено. Он не боится. С умершими и от умерших в нашу жизнь приходит доброжелательность. Это можно увидеть в процессе расстановок. Уважение к умершим оказывает миротворческое и жизнеутверждающее

воздействие.

Влияние умерших на живущих и живущих на умерших взаимно. Живущие воздействуют на умерших, уважая их. Тогда для умерших, так мне кажется, смерть легче. Тогда и умершие относятся к живущим благосклонно.

Широко распространено убеждение, что умерших больше нет. Но они есть. Они присутствуют. Они присутствуют и в нашем теле, ведь наши предки продолжают жить в нас. Подобным же образом умершие представлены и в семейной душе. На уровне того, что я называю Большой Душой, между умершими и живыми не существует никаких различий.

Когда мы боимся мертвых, нас тянет к ним. Если поддаться этому влечению с любовью податься в сторону умерших, иногда можно пережить удивительное: умершие поворачиваются лицом к живущим и дают им свое благословение. Мы могли здесь это видеть. Умершие приходят к нам со своим благословением.

Многие думают, что жизнь — это высшая ценность, и стараются продлить жизнь любой ценой. Они думают, чем дольше живешь, тем лучше. Но мы на самом деле не знаем, лучше это или нет. Потому что с позиции большего жизнь мала. Откуда она приходит, мы не знаем. То, откуда она приходит, больше самой жизни. Когда жизнь кончается, мы попадаем в сферу того большего, которого не знаем.

290

Мне кажется, это разумное предположение. С философской точки зрения удержание жизни любой ценой — это нечто очень странное. Нечто иррациональное.

В своих рассуждениях я опираюсь только на то, что дает мне опыт моих расстановок. Они показывают, что умершие влияют на нас. Прежде всего это исключенные умершие. Не больше. Я не строю на этом никаких теорий. Мы ничего не знаем о царстве мертвых. Для меня это остается тайной. Но многие люди также глубоко убеждены, что царство мертвых и царство живых едины. Рильке великолепно описал это в «Ду-инских элегиях». Возможно, состояние смерти существует не в единственном проявлении. Практически все культуры обладают знанием о том, что умершие уходят медленно, только по прошествии времени они уходят совсем. Они не исчезают в одночасье, на протяжении некоторого времени они продолжают влиять на нас.

Основой царства живых является царство мертвых. Все наши предки представлены в нашем теле и действуют на нас на физическом уровне. Они воздействуют на нас и на уровне духовном. Они с нами. Это нужно признать. Если проводить слишком четкую границу между царством живых и царством мертвых, многое теряешь. В согласии с умершими легче жить. Тогда появляется то, что нас несет. От этого согласия и мне передается движение. Тогда я нахожусь не только на службе жизни, но и в некотором смысле на службе умерших. Это привносит в мою работу определенное спокойствие.

Рано умершие

Мы не знаем, насколько рано умершие лишаются чего-то. Чего они, в сущности, могут лишиться, если находятся на высшем уровне по сравнению с нами. Если смотреть с такой точки зрения, то рано умершие едва ли заслуживают сострадания в смысле «Ах, бедные!»

Рано умершие иногда оставляют за собой более глубокий след, нежели те, кто в своей жизни многого добился.

Недавно со мной произошел такой случай. Во время одного конгресса я сделал несколько расстановок. Среди участников

19*

291

была одна супружеская пара, у которой был двухлетний ребенок, страдавший тяжелым пороком сердца. Родители очень беспокоились о нем. Тогда я поставил родителей рядом друг с другом, а заместителя ребенка попросил прислониться к ним спиной. Родители обняли ребенка и сказали: «Мы будем удерживать тебя, сколько нам будет позволено. Мы будем заботиться о тебе, сколько нам будет позволено. С любовью».

Забота о ребенке скорее могла бы привести к отчуждению между ними. Но во время этой расстановки они стояли очень тесно, как пара, и были тесно связаны с ребенком.

Месяц назад они написали мне письмо. Ребенок умер. Ему была нужна срочная операция, иначе он бы не выжил. Хирурги пытались его спасти, но во время операции ребенок умер. Родители еще раз поблагодарили меня за то прекрасное время, которое смогли прожить вместе со своим ребенком. В ночь перед операцией ребенок плакал и просился к матери. Мать взяла его на руки и несколько часов носила на руках. Это было своеобразное прощание с ребенком. Ребенок хотел еще раз побыть со своей матерью, прежде чем попрощается с ней навсегда.

К письму были приложены речи, произнесенные во время погребения. Я был глубоко тронут этим. Любовь к ребенку и сила, которую ребенок давал всей семье, просто неопишутемы. Эта сила намного глубже действовала на всю семью, чем если бы это был восьмидесятилетний человек.

Такое невозможно измерить привычными нам поверхностными мерками. Иногда мы отправляемся к умершим как друзья. Иногда они идут к нам как друзья. Обе сферы проникают друг в друга и наслаиваются друг на друга. С этой точки зрения умершие являются друзьями жизни.

Аборты

Аборты оказывают глубочайшее влияние на душу. Аборт не может отменить случившегося. Такое невозможно. Материнство и отцовство не могут быть отменены. Они остаются.

Терапевт не должен в этом случае смягчать вину. Если, например, мужчина хочет устраниться от участия в случившемся, нельзя говорить: «Это вина женщины, ты здесь ни при чем». В

292

случае аборта каждый виноват на сто процентов. Вину нельзя разделить на двоих, кроме случая, когда мужчина был категорически против, но, несмотря на это, женщина сделала аборт. Это в некоторой степени снимает с него вину, но не в полной мере.

Последствия аборта для родителей, как правило, намного тяжелее, чем если бы они родили ребенка. Первое последствие заключается в том, что отношения чаще всего заканчиваются после аборта. Не всегда. Есть исключения. Например, если каждый из родителей признает свою вину, мысленно посмотрит на ребенка и даст ему место в своем сердце. Тогда оба смогут снова быть вместе.

Если женщина сделала аборт и снова беременна, второй ребенок получает от матери нечто, чего он боится. Таким образом аборт воздействует и на следующую жизнь.

Аборт — это серьезная тема для многих, не только для женщин, но и для мужчин. Вопрос в том, как с этим обходиться.

Во-первых, нужно посмотреть ребенку в глаза, или, точнее, нужно, чтобы ребенок посмотрел на родителей. Тогда свершается нечто глубокое, нечто целительное. Внезапно почувствуешь, что жизнь — это нечто большое и глубокое, чего мы не в состоянии познать, хотя и желали бы. Из этого взгляда друг на друга исходит что-то целительное и серьезное.

Смерть больше, чем жизнь

Чтобы уважать жизнь, нужно подумать еще и вот о чем. Смерть больше, чем жизнь. Царство мертвых больше, чем то, в котором мы живем. Жизнь — это нечто проходящее, что появляется из небытия и уходит в небытие. То, откуда приходит жизнь, есть что-то большое. И то, куда она уходит, возвращается, есть что-то большое. Абортированные дети не пропадают, они покоятся там. Это можно видеть.

Умершие рано ничего не потеряли, те, кто живет долго, не имеют никакого преимущества перед теми, кто умер рано. Ведь те, кто не жил долго, точно так же возвращаются к источнику жизни, как и те, кто жил долго. Не думаю, что там существуют какие-либо различия между теми и другими. Там покоятся все, никто не потерян.

293

Насильственная смерть

Смерть — это вызов каждому из нас. То, что смерть — всегда избавление и воспринимается как таковое, это неправда. Часто смерть переживается очень тяжело, болезненно, сурово. Пытаться вжиться в чувства жертвы пыток или жертвы иной насильственной смерти, это дерзко. Такая попытка плохо отразится на моей жизни и, возможно, на моей смерти. Нужно держаться собственной жизни и собственной смерти, пока не придет твое время. Поэтому я просто уважаю страдание этих жертв и не пытаюсь вмешиваться в их страдание и в их судьбу.

Пересадка органов

УЧАСТНИК: У меня вопрос относительно пересадки органов. Что происходит с донорами и что происходит с реципиентами? Как вы считаете, допустимо ли донорство органов?

Б. Х.: В одном из моих курсов участвовал мужчина, которому сделали пересадку печени. На мой вопрос, знает ли он своего донора, тот ответил: «Нет». Тогда я поставил заместителя донора напротив него в расстановке. Донор чувствовал себя очень плохо, а реципиент не был готов поблагодарить его. Он сказал: «Я имею на это право». Я сказал ему: «Так ты не сможешь жить».

Честно говоря, я считаю пересадку органов абсурдной. Если жизнь окончена — она окончена. Я бы не хотел получить свою жизнь за счет другого.

В другом курсе участвовал мужчина с высокой почечной недостаточностью. Он ожидал пересадки почки. Я выбрал заместителя для него и заместителя для его донора и поставил их друг напротив друга. Через некоторое время я попросил клиента сказать своему донору: «Я жду твоей смерти». Сказав это, он начал плакать. Он почувствовал, что это невозможно.

Умирание и смерть

Предварительное замечание. Нижеприведенное интервью было записано Баварским

телевидением, отрывки из него были показаны в эфире.

294

Первопричина

— *Что происходит, когда мы умираем?*

— Когда мы умираем, мы переходим в другое состояние, о котором мы ничего не знаем. Мое представление таково: наша жизнь берет свое начало от источника, которого мы не знаем. Умирая, мы погружаемся обратно в этот источник. Поэтому и сама жизнь не может быть чем-то большим, высшей ценностью. Источник, из которого жизнь берет свое начало, больше, чем сама жизнь. Поэтому и переход от жизни к смерти не есть потеря. Замыкается круг, начало и конец которого — одно и то же.

Жизнь выходит из этого источника и, достигнув своей высшей точки, снова погружается в него. Как день, который занимается, разгорается, достигая зенита, некоторое время держится в зените, как кажется, и снова клонится к закату, к вечеру, а потом уходит в ночь.

День тем полнее, чем больше времени прошло. Так же и жизнь. Чем больший ее отрезок позади, тем она становится полнее, ближе к концу она полна и совершенна.

Как у круга начало и конец замыкаются в одной точке, так происходит и с нашей жизнью. Между ее началом и концом — отпущенное нам время.

— *Это значит, что времени вовсе не существует.*

— *Время существует между началом и концом. Остальное во власти иного, нам недоступного.*

— *Это предположение или это ваш опыт?*

— Это близко к философским представлениям. Ведь жизнь не может быть больше, чем ее источник. Поэтому и в смерти нет ничего страшного.

Второй вывод, вытекающий из этого предположения, таков: не важно, сколько мы живем, — живем мы мало или живем долго. В итоге начало и конец, или «до» и «после», одно и то же.

Ранняя смерть

— *Что делать, если кто-то рано умер?*

— Кто погружается в небытие, тот не потерян, в источнике жизни каждый в сохранности. И разве может быть в источнике что-то потеряно? С философской точки зрения это немыслимо.

Наши усилия сохранить нечто любой ценой, как будто это может пропасть, не играют в этой связи никакой роли. Источ-

295

ник ничего не может потерять. Если думать таким образом, обретаешь иную позицию по отношению к жизни, к происходящему и к смерти, не важно, рано или поздно она пришла.

— *Почему некоторые люди живут долго, а некоторые умирают рано? Они выполнили свою задачу? •*

— Некоторые считают, что мы живем для исполнения некой миссии. Возможно, мы находимся на службе чего-то большего, того, откуда появляется жизнь. Но если это так, то нет различия между службой одного и службой другого. Это одна и та же служба. Поэтому для меня не имеет значения, долгая это служба или короткая.

— Но как тогда объяснить, что дети умирают вскоре после рождения, как вообще объяснить детскую смертность?

— В отношении ранней или поздней смерти я имею некий опыт семейных расстановок. Если рассмотреть семейную динамику, которая проявляется в ходе расстановки, можно увидеть, что умершие не исчезают, они продолжают присутствовать в рамках семьи. При этом бросается в глаза, что именно рано умершие оказывают очень сильное влияние на семью. Если, например, рано умерший ребенок забыт, о нем не вспоминают, то часто другой ребенок подражает ему. Это значит, что другие из лояльности и верности к рано умершему ребенку стремятся умереть. И это говорит о том, что и умерший ребенок является полноправным членом семьи, несмотря на то, что он, возможно, успел сделать лишь несколько вдохов. Он не может и не должен пропасть из семьи. Его нужно уважать как человека, который жил и продолжает оставаться с семьей.

— *Итак, всякий, кто умер, остается связанным со своей семьей. Его дух остается или как иначе это можно представить?*

— Как? Это нам неизвестно. Но оставаться может только то, что существовало. Будущее не может оставаться. Настоящее не может оставаться. Остаться может только то, что было. Это спокойствие остающегося может относиться только к тому, что было, включая человека, который был.

Смерть и примирение

— *Что происходит, когда жизнь отграничена от смерти?*

— Мы могли убедиться, что многие боятся умерших, потому что рассматривают жизнь как высшую ценность. Они боят-

296

ся мертвых, полагая, что те настроены враждебно по отношению к жизни или завидуют живым. Это старое греческое представление. Если мы примиримся с умершими, мы примиримся и с собственной смертью. Это произойдет, если мы посмотрим на умерших, прежде всего на членов нашей семьи, и дадим им посмотреть на нас. При этом происходит удивительная вещь.

Если мысленно представить себе, что идешь к умершим, к тем, кто был нам особенно дорог, кого мы любили... Смотришь на них, ложишься рядом с ними и лежишь до тех пор, пока не наступят полная тишина и спокойствие. Тогда, по прошествии некоторого времени, почувствуешь, что умершие устремляют свой взгляд на нас, давая нам некое указание, свое благословение, силу. Они предоставляют нам свою поддержку в течение жизни, до тех пор, пока не придет и наше время.

Часто живые чувствуют превосходство по отношению к мертвым, как будто их жизнь — это некое преимущество перед смертью. Это ослабляет живых. Если они посмотрят на умерших и скажут: «Я поживу еще немного, а потом я тоже умру», тогда высокомерие по отношению к мертвым исчезнет, мы сможем брать от них силу.

— *Как достичь такого состояния, в котором можно пойти к умершим ?*

— К ним не нужно ходить. Они остаются с нами в течение некоторого времени. Поэтому во всех культурах существует представление, что умершие некоторое время присутствуют в нашей жизни. Только потом они уходят.

— В этой связи я хотел бы кое-что сказать об изъятии органов сразу после смерти человека. Умершему отказывают в полноценной смерти. Смерть не наступает в момент отключения мозга или последнего вдоха. Вмешательство в процесс умирания, в переходный процесс, попытку управлять этим процессом, я считаю преступлением.

— *Потому что некоторые органы еще важны для этого процесса ? Но это же просто брэнная оболочка, она не важна. Или вы думаете иначе?*

— Мы этого не знаем. Что значит «просто брэнная оболочка»? Она принадлежит умирающему, она имеет право на то, чтобы вместе с ним пройти через процесс умирания, связанный со смертью. По моим наблюдениям, вмешательство в этот процесс оказывает негативное воздействие и на реципиента органа впоследствии. Он, например, не может посмотреть на

297

умершего и поблагодарить его. Это слишком трудно для него. Это говорит о том, что душа в глубине своей с этим не согласна.

— *Нужно поблагодарить умершего, глядя ему в лицо? -Да.*

— *Можно так сказать или...*

— Изъятие органов, по моему мнению, вообще недопустимо. Я считаю это вмешательством, основанным на представлении о том, что необходимо сохранить жизнь любой ценой, даже ценой получения чужого органа, потеря жизни — это потеря всего. Для меня это странное представление. Если человек смотрит смерти в лицо и готов к ней, когда его время пришло, он получает на то время, которое осталось, полноту жизни. Если человек боится смерти, пытается отсрочить ее приход, он многое теряет, теряет часть силы и часть глубокого счастья.

Страх смерти

— *В чем причина страха смерти, который испытывают многие люди? Ведь даже детям знаком такой страх? Или вы думаете иначе? Можно ли избавить детей от страха смерти?*

— Страх смерти связан с волей к жизни. В этом смысле страх смерти выполняет важную функцию на службе жизни. Но мы становимся слабее, отказываясь признавать смерть, и уклоняемся от взгляда смерти и умерших.

— Один человек рассказал мне, что после смерти его матери она еще несколько дней находилась в их доме, что в наше время случается крайне редко. В этом же доме находилась маленькая девочка, отец которой недавно скончался. После смерти отца ей больше не позволили его увидеть, потому что он мертв. Эта девочка все время подходила к усопшей, чтобы посмотреть на нее. В очередной раз выйдя из комнаты, где лежала покойница, девочка сказала: «Там лежит королева».

Ребенок перенимает то, что чувствуют взрослые. Если показывать ребенку смерть и умерших таким образом, он не будет испытывать страха перед смертью.

— *Тогда он больше никогда не будет бояться смерти?*

— Это зависит от многих обстоятельств, от того, что будет происходить с ребенком дальше. Но это наглядная демонстрация того, что наш страх перед смертью несостоятелен.

298

У многих народов существует представление о том, что мертвые могут подняться из могил, чтобы принести вред живущим. Поэтому на могилу ставится могильный камень, чтобы мертвые оставались закрыты. Изначально могильные камни укладывались на могилу горизонтально.

Примирение с умершими

Опыт семейных расставаний показывает, что, если умершие находятся в поле нашего зрения, царит мир. Умершие дружелюбно смотрят на живущих.

И еще кое-что необходимо иметь в виду. Иногда и умершим что-то нужно от живых, например, внимание и уважение. Я наблюдал это в расставаниях с участием жертв Холокоста.

Многие пережившие члены семьи боялись посмотреть на умерших, боялись, что умершие могут посмотреть на них. Это очень глубокий страх, потому что они считали, что должны быть вместе с ними. Когда заместители расставлены по отношению друг к другу в семейной расстановке, они, как правило, испытывают чувства, принадлежащие реальным людям. Живые могут это подтвердить, чувства умерших проверить невозможно. Но часто бросается в глаза, что умершие чувствуют себя очень плохо, им тяжело и грустно. При этом, если живые смотрят на них, склоняются перед ними и скорбят о них, в их смерти наступает просветление. Тогда умершие больше не внушают страха живущим, они излучают покой и силу. Можно также видеть, что умершие, которым оказали уважение, тихо уходят. Через некоторое время прошлое действительно может стать прошлым, а живущие становятся свободными.

— *Тогда, может быть, я формулирую это совсем банально, духи преследуют живущих до тех пор, пока не будут признаны и отпущены? Я не совсем это понял.*

— Не нужно говорить о духах. Я считаю это здесь неуместным.

Рильке в своей «Десятой элегии» прекрасно описывает переход из жизни в смерть. Для него в смерти связаны обе сферы: сфера жизни и сфера смерти. Сначала происходит уход. Затем, как говорит Рильке в другой элегии, может быть, рано умерших (он называет их «рано отрешенные») тяготит слишком

299

сильная скорбь о них, она мешает чистоте движения их душ. После смерти (пишет Рильке в «Десятой элегии») умершие уходят все дальше и дальше, пока не отойдут совсем далеко, туда, к изначальному страданию, к первопричине, как это ни назови. Мне кажется, это глубоко прочувствованное описание того, что происходит в душе.

Когда мы говорим о душе, мы подразумеваем нечто, что связано со многим и со многими. Я, например, могу говорить только с тем, с кем я чувствую себя связанным созвучием на одном уровне, с тем, с кем я вместе движем одной общей душой, с тем, в существовании которого я участвую, а он — в моем. Эта коммуникация охватывает и умерших. Это означает, что как живущие, так и умершие являются частью одной общей Большой Души. Иначе мы не смогли бы воздействовать друг на друга. Но живущие могут воздействовать на умерших, и умершие могут — некоторое время. По прошествии времени они уходят. Во многих мифах описывается это движение, которое, конечно, соответствует духовному опыту.

— *Поэтому можно отдать дань уважения и умершему человеку, например, уважение матери уже после ее смерти?*

— Да. Поэтому праздник Всех Святых и День Поминовения Усопших особым образом связывают всех членов семьи. Они поминают смерть и признают причастность умерших к смерти. Мы чувствуем душой, как это хорошо, уважать и почитать всех умерших членов семьи.

Во многих культурах у людей существует особое место для поминовения усопших. Мы вешаем

изображения наших умерших родителей, братьев, сестер. Это тихое поминовение. Когда мы смотрим на них, это глубоко, тихо и целительно воздействует на душу.

— *А если этого не делать, что тогда? Многие не придают этому значения.*

— Человек чувствует себя полным, когда для всех членов его семьи есть место в его душе. Каждый раз, исключая кого-то из членов своей семьи, человек несет утрату. Тот, кто отвергает своих родителей, чувствует пустоту внутри себя. Ему недоступна полнота жизни. Если я дал место в моей душе каждому, кто принадлежит к моей семье, я чувствую не только свою полноту, но и свободу. Те, кого я отвергаю, дергают меня и берут к себе в плен. Я отвергаю их потому, что вижу и думаю о них. Те, для кого есть место в моей душе, оставляют меня в покое.

300

Образы жизни и смерти

— *Жизнь и смерть тесно связаны между собой. Я нахожусь под впечатлением сказанного вами.*

— В одном из своих писем Рильке приводит такое сравнение: наша жизнь или, лучше сказать, наше бытие подобно пирамиде. На вершине пирамиды находятся прошлое, настоящее и будущее. Там что-то происходит. Ниже этого уровня, где все покоится, — все едино. Там нет ни прошлого, ни настоящего, ни будущего. Там все покоится, и все в сохранности.

Удивительно, что в творческом процессе музыканты или поэты замечают, что внезапно пришедшие им слова или образы являются заданными. Они появляются внезапно, иногда частично. Позже они складываются в единое целое, как будто выявляя что-то, что было раньше. Это соответствует образу, созданному Рильке.

— *Ас вами было такое? Как можно попасть в эту сферу? Вам удавалось проникать в эти глубины?*

— В этот процесс?

— *Что это, небо? Или это?..*

— Нет. Тот, кто пытается себе представить источник, первопричину жизни, тот, с моей точки зрения, далек от этого опыта. Это остается тайным. Покуда я уважаю тайну, не пытаюсь назвать ее, не пытаюсь заботиться о ней, я покоен. Оттуда я черпаю силу. Но если я пытаюсь проникнуть в нее, хочу овладеть ею, хочу примириться с ней, настроить ее благожелательно по отношению к себе, принести жертву, чтобы умиловить ее, она исчезает.

— *Это что-то потустороннее?*

— Я бы назвал это «по ту сторону времени». Не более. Или, точнее, «по ту сторону моего времени».

— *Вы не могли бы еще раз описать образ пирамиды, это вначале было для меня не совсем понятным. Для меня это безумно красивый образ.*

— Когда пытаешься зафиксировать некий образ, он теряет силу. Если обозначить образ только намеком, он трогает душу. Если пытаешься удержать его, он ускользает от тебя.

Преимущество жизни

— *Как лучше всего обращаться с жизнью и смертью? В наше время это табуированная тема. Но в смерти, может быть, зак-*

301

лючена и огромная энергия для жизни, если хранить ее в себе. Это так?

— Вопрос был: как лучше обращаться с жизнью и смертью? Первое для меня — это то, что жизнь имеет приоритет.

Достаточно предстать перед смертью, когда придет время. Именно тогда это легче всего сделать. Если в течение всей жизни все время думать о смерти, это отрицательно влияет на жизнь. Это не может влиять положительно.

Но если человек тяжело болен и должен предстать перед своей кончиной, тогда нужно посмотреть смерти в лицо, посмотреть ей в глаза и склониться перед ней. В таком случае часто разворачивается ожесточенная борьба. Так бывает, например, с больными раком. Такого больного я прошу смотреть на свою смерть до тех пор, пока он не увидит ее. Часто больной борется с этим, противится этому: Но после он медленно успокаивается. Если он склоняется перед своей смертью, то получает от нее большую силу. Тогда он сможет прожить то время, которое еще осталось, полно. Тогда оставшееся время становится для него очень ценным, и он больше не боится смерти. Он рассматривает смерть как то, к чему он медленно движется, или то, что примет его после к себе.

— *Может, мысли о смерти приводят к тому, что начинаешь жить более последовательно, более ответственно? Если я осознаю конечность жизни и говорю себе, что я ответственен только перед моей смертью, и больше ничего?*

— В течение жизни мы постоянно сталкиваемся со смертью — уже когда мы видим, как умирают другие. Мы видим шелковую нить, на которой все время висит наша жизнь. Самое прекрасное, это когда мы согласны с тем, что можем просто жить дальше, не делая попыток удержаться на этой нити как можно дольше.

— *Но это необходимо осознать. Многие думают, что они в известном смысле бессмертны. Откуда идет это распространенное представление о том, что жизнь и смерть разделены между собой?*

— Мне кажется, что те, кто так считает, мало думают. Только сумасшедший может думать, что будет жить вечно. Как все в природе строится на обновлении жизни, когда одна жизнь уступает место новой, так же происходит и с людьми. Самона-

302

деянно считать, что ты бессмертен. Думать, что бессмертие прекрасно, это по меньшей мере странно.

Душа

— *Если я правильно вас понимаю, то эту метаморфозу проходит каждая отдельная душа, не общая душа. В каждом из умерших присутствует его собственная душа или общая душа?*

— В отношении души можно сделать следующее наблюдение. Мы чувствуем некую силу внутри нас. Эта сила управляет нашей жизнью и нашим телом. Есть некая инстанция, которая координирует все. Это не может быть обусловлено только химическими процессами, происходящими в организме, это должна быть сила духовная, сила духа. Духовная сила, душа, распространена и за пределами нашего организма, иначе не было бы, например, обмена веществ, не возникало бы отношений между людьми, сексуальность и зачатие были бы невозможны. Значит, душа, которая управляет нашей жизнью, выходит далеко за пределы нас самих.

Мы можем видеть, что семья ведет себя так, будто обладает общей душой. Поэтому в семьях существует равновесие. Когда один из членов семьи исключается из нее, другой принимает на себя его судьбу в качестве компенсации. Это говорит о том, что семья обладает общей душой и общей

совестью, можно так сказать.

Кроме того, есть и другая душа, которая своим действием охватывает как живущих, так и умерших. Все мы являемся частью и этой Большой Души. Мы не можем покинуть эту душу при переходе из жизни в смерть. Мы все покоимся в ней. Как это происходит? Не могу себе представить. Мне и не нужно этого знать, чтобы одинаково спокойно относиться и к жизни, и к смерти.

Конец интервью.

Путешествие в царство мертвых

Я сделаю вместе с вами одно небольшое упражнение, если хотите. Сядьте поудобнее. Не держите ничего в руках, чтобы

303

ничего не мешало движению. Можете закрыть глаза, если хотите, и постарайтесь собраться в своей середине.

А теперь идите к первопричине, до самой глубины и за пределы этой глубины. Давайте погрузимся в царство мертвых.

Придя туда, ложитесь рядом с мертвыми, которые вам важны: может, это забытые; может, презираемые; может, убитые; может, те, на чью долю выпала тяжелая судьба; умершие дети, кто-то другой. Лежите тихо, мирно, в глубоком согласии до тех пор, пока не станете единым целым.

В таком покое вы почувствуете, как от умерших к вашему сердцу течет поток, он проникает в глубину души. Откройте сердце для всего, что исходит от мертвых, что бы это ни было, примите все.

Когда вы до краев наполнитесь этим, склонитесь перед умершими и начните свой путь обратно, вверх. Обратно к первопричине, к своей середине, снова к свету, и откройте глаза.

Когда слышишь рассуждения о преступниках и жертвах Второй мировой войны, думаешь: как это поверхностно и совершенно неуместно. Не принимается во внимание то, что силы, частью которых были участники тех событий, не оставляли возможности сопротивления. Каждый из участников был определенным образом включен в них, переплетен с ними, неизбежно. Если мы осознаем это, у нас останется только один путь.

Б. Х. (клиентке): Ты должна подождать, пока действие не достигнет более глубокого уровня. Это может длиться долго. Возможно, тогда ты сможешь освободиться. Облокотись на спинку.

Группе: Я сделаю вместе с ней одно упражнение. Если хотите, можете присоединиться.

Закрой глаза. Слегка приоткрой рот и дыши глубоко и спокойно. Да, вот так. Погрузись в глубину, которая примет тебя, в непознанное. И вместе с этой глубокой силой отправляйся в царство мертвых. Посмотри на них: на жертв и их убийц. И на родителей жертв, и на родителей убийц. Склонись перед жертвами и их родителями. Склонись перед убийцами и их родителями. Теперь возьми за руки обоих своих детей. Склонитесь вместе перед жертвами и их родителями. Склонитесь вместе перед убийцами и их родителями. Теперь посмотри поверх умерших за горизонт. Он пуст. Но где-то

304

далеко смутно виднеется некая сила. Это ангел, который ведет их всех, всех одинаково: всех умерших, тебя и твоих детей. Склонись перед ним и скажи: «Пожалуйста, благослови меня и моих

детей». Затем вместе с детьми медленно отступай назад, все дальше, дальше назад, пока царство мертвых не исчезнет. Прими детей в свое сердце и скажи им: «Благословляю вас!» Теперь посмотри на каждого из их отцов, посмотри на обоих и скажи каждому: «Спасибо!»

Сегодня День национальной скорби. В этой связи я бы хотел предложить вам совершить небольшую медитацию. Для тех из вас, кто захочет присоединиться. Закройте глаза и успокойтесь. Соберитесь в своей середине, в пустой середине. Эта середина широка и глубока. В середине пусто, там есть место всему. Пустите в эту середину всех: весь свой народ (где бы ни была ваша родина), всех умерших, всех жертв. Признайте свою принадлежность к ним, признайте ваше равенство. Лягте рядом с ними и скажите им: «Я один из вас». Вы все равны: умершие — все жертвы; так называемые враги — убитые и преданные; дети, инвалиды — убитые, так называемые никчемные. Лягте рядом с ними, вы равны. Если сердце открылось достаточно широко, чтобы позволить вам стать равными, то станьте равными и вместе с ними обретите покой.

Переведите свой взгляд на преступников, убийц, вождей и скажите им: «Мы с вами равны, вы можете быть равными с нами».

Громадная армия мертвых (преступников и жертв) покоится перед чем-то Большим, она отдана этому и управляется им. Перед лицом этого мы все равны. То, что кажется ужасным, злом, страхом, в итоге излучает мир. Прошлое имеет право быть таким, как было. Теперь оно может служить только примирению.

Через некоторое время: А теперь возвращайтесь назад.

Межвременье

То, что здесь происходило, невозможно выдержать долго. Это путешествие в царство мертвых и обратно. Такое допустимо только в определенных ситуациях.

20-5433

305

Любая жизнь заканчивается смертью, все мы охвачены страхом смерти с самого рождения. Мы можем испытывать этот страх на протяжении всей жизни. Если мы испытывали его всю жизнь, мы умрем. А если нет, мы все равно умрем. Можно жить с этим страхом всю жизнь, а можно взглянуть ему в лицо, только когда приходит время, в остальное время можно позволить себе просто жить. Это физическая чистота.

Это относится и к нашей работе. Мы на время погружаемся в нее, а после снова возвращаемся к обычной жизни.

Жить до конца

Раньше во многих монастырях практиковалось такое упражнение: посмотреть смерти в лицо. Многие святые ставили у кровати черепа, чтобы все время иметь смерть перед собой.

Может быть, лучше посмотреть смерти в лицо, только когда пришло время и только когда нашел гармонию с ней. А потом жить дальше.

Существует знаменитая история о верном Конрадине, последнем из Гогенштауфенов. Когда он вместе с королем был пленен, то в крепости, куда его поместили, играл в шахматы с другим пленником. Во время игры вошел посланец и сообщил: «Через час ты будешь повешен». Знаете, что он сказал тогда? «Продолжим игру».

Что же еще остается делать, если ты жив? Жить.

Заключительное слово *Жизнь продолжается*

Впечатление от того, что происходило здесь с вами, через несколько дней поблекнет. И я знаю

почему. А вы знаете почему? Потому что жизнь продолжается.

У Лао-цзы есть поговорка о призванном, или мудром. Когда работа сделана, он сразу обращается к новому и забывает то, что было. Это очень хорошее правило. Вместо того чтобы ду-
306

мать: «Что же это все значит?» — и пытаться, так сказать, удержать это, оставьте пройденное позади и двигайтесь вперед. И тогда то, что было, осветит ваши будущие свершения.

Счастье

В конце я бы хотел пожелать вам, чтобы вы принимали свое счастье таким, каким оно приходит к вам. Маленькое и большое. Мы пережили вместе и счастливые, и тяжкие минуты. Кто принимает счастье таким, каким оно приходит и уходит, тот принимает и все другое, что относится к жизни. Тот, может быть, когда-нибудь познает, что несчастье, постучавшее в дверь, со временем может превратиться в счастье. И в этом ключе я желаю вам всего хорошего!

20*

Берт Хеллингер

Источнику не нужно спрашивать пути

Директор издательства М. Г. Бурняшев

Компьютерная верстка

и техническое редактирование О. Ю. Протасова

Художник Н. Г. Зотова

Корректор М. В. Зыкова

Сдано в набор 10.07.2005. Подписано в печать 15.08.2005.

Формат 60х90/16. Бумага офсетная.

Печать офсетная. Печ. л. 20

Тираж 3000 экз. Заказ № 5433.

Лицензия ИД № 03530 от 19.12.2000 г.

«ВЫСШАЯ ШКОЛА ПСИХОЛОГИИ»

129336, Москва, ул. Ярославская, 13.

Отпечатано в полном соответствии с качеством

предоставленных диапозитивов на ФГУП ордена «Знак Почета»

Смоленская областная типография им. В.И.Смирнова.

214000, Смоленск, пр-т им. Ю. Гагарина, 2.