

Коучинг: успех после успеха

Екатеринбург

У-Фактория

2005

Аннотация

В книге А.В.Перцева и И.И.Карнауха коучинг трактуется как **высшая психология, которая помогает открыть каждому человеку новые перспективы его жизни.** Большинство психологических учений и практик адресовано неудачникам, чтобы помочь им справиться со своими жизненными проблемами. Коучинг, в отличие от этого, адресован человеку успешному, который вполне справляется с обыденными проблемами сам. Он вполне процветает, но начинает **скучать**. Эта скука может перейти в *тоску*, а затем - в *кризис середины жизни*, если не обрести способность выходить из этой тоски повседневности, подниматься на следующий пик в своей жизни, с которой открываются новые горизонты.

Коучинг учит, как достигать успеха после успеха. О том, как двигаться дальше по лестнице успеха, но при этом не превращаться в его пленника. О том, как управлять своим делом, не позволяя ему управлять собой.

Книга рассчитана на широкий круг читателей, интересующихся психологией.

Содержание

Введение. Коучинг - как он есть и как его нет	5
Глава 1. О том, почему коучинг не был придуман в прошлом врачами и психологами.	
1.1. Парадокс новизны коучинга	23
1.2. Надо ли помогать успешному человеку?	35
1.3 Тело - источник душевных болезней?	48
1.4. Первые шаги к коучингу: рождение понимающей психологии	68
Глава 2. Коучинг до коучинга: литературная диагностика кризиса середины жизни.	
2.1 Синдром кризиса середины жизни: острая индивидуальная тоска на фоне общепризнанных успехов	87
2.2 Симптоматика кризиса середины жизни в описании Данте.....	106

«...Психология претендует быть опытной наукой,
изучающей душевные явления.

И однако, за исключением немногих
положений, относящихся скорее
к физиологии, нежели к психологии,
сколькo скрытой и грубой бессознательной
метафизики преподносится в наши дни
под именем психологии!»

*Князь С.Н. Трубецкой,
ректор Московского университета в 1905 году¹*

¹ Трубецкой С.Н. Курс истории древней философии - М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС; Русский двор, 1997. С 21.

Введение

Коучинг - как он есть и как его нет

Не так давно в одном хорошем юмористическом журнале - возможно, в «Красной Бурде» - авторам довелось прочитать такое объявление об услугах:

Бэби-ситтинг. Колясинг. Попинг-шлепинг

Вряд ли можно лучше повеселиться над распространенной ныне модой - сочетать английский с нижегородским.

В большинстве случаев такой необходимости нет. Просто очень хочется создать впечатление чего-то нездешнего, неведомого и манящего. Вроде вывески на магазине, описанной классиком - «Иностранец Василий Федоров».

Но иногда бывает, что без заимствования иностранного слова не обойтись - потому, что точного соответствия ему в русском языке найти невозможно. А все дело - в том, что в русской жизни еще не было такого явления, которое это иностранное слово описывает.

Именно так и обстоит дело со словом **«коучинг»**.

* * *

«Коучинг» происходит от слова **«coach»**.

Если открыть англо-русский словарь, то мы найдем в нем такие варианты перевода этого слова:

а. **«тренер»**

б. **«репетитор»**

в. **«инструктор»**.

Все эти варианты нам не подходят.

Тренер обычно занимается со спортсменами. Сколько ни говорят сегодня о психологических тренингах, а всё равно при слове «тренер» привычно вспоминается кто-то в умопомрачительном спортивном костюме, в кроссовках и со свистком. Обычно при помощи свистка и кратких энергичных выражений этот человек добивается, чтобы движения тела его подопечных были отработаны до профессионального автоматизма.

Коучинг же направлен, во-первых, не на тело человека, а на его душу. Во-вторых, его задача - вовсе не формирование каких-то автоматических движений души. Всё как раз наоборот: мастер коучинга прилагает все усилия, чтобы **человек отучился мыслить и действовать автоматически**.

Репетитор повторяет со своим учеником то, что им уже было пройдено. (Само слово «репетитор» происходит от французского слова «повторять»). При этом репетитор, как правило, занимается с *отстающими*.

Коучинг, наоборот, нацелен на то, чтобы освободить человека от постоянного и навязчивого повторения пройденного им. Кроме того, мастер коучинга работает вовсе не с *отстающими* в жизни, а с теми, кто уже достиг в ней немалых успехов. Но эти успехи стали для них чересчур привычными, а потому жизнь утратила остроту, стала пресной. Им хочется чего-то нового. Но - не просто нового, не просто того же, только в большем количестве. Хочется *качественно иного* - такого, чтобы оно было только твоим и только твоим. Чтобы никто не смог сделать того, что призван сделать ты.

Инструктор - это тот, кто дает *инструкции*. Сразу рисуется образ существа сурового, непреклонного, непоколебимо уверенного в своей

правоте. Инструктор диктует свои правила человеку и требует неотступно следовать им.

Мастер коучинга, наоборот, не дает никаких инструкций. Ведь инструкции исключают всякие сомнения и поиски. Мастер коучинга учит человека творческому сомнению. Он учит задавать себе вопрос: «А так ли уж несомненны все правила, которым я следовал в жизни до сих пор? Так ли уж несомненны все мои прежние цели?»

Точно так же не подходят для описания коучинга и слова **«наставник»** или **«учитель»**.

В слове **наставник** есть что-то патриархальное и умильное. Оно сразу вызывает образ старичка, который назойливо пытается передать молодёжи свой жизненный опыт - абсолютно непригодный в современных условиях.

Мастер коучинга, наоборот, вовсе не считает опыт абсолютной ценностью. Он знает, что на крутых жизненных поворотах опыт может и мешать, ибо повисает на человеке, словно многопудовая гиря. Излишнее доверие к себе прежнему отучает мыслить и искать новое. Поэтому мастер коучинга побуждает своего подопечного вовремя расставаться с ненужным опытом.

Учителем мастера коучинга тоже назвать нельзя - хотя бы потому, что он ничему не *учит*. У него нет собственного учения, пригодного на все случаи жизни и отвечающего на все вопросы. К тому же мастер коучинга знает, что человек, чересчур привыкший учиться, никогда не будет принимать собственные решения и нести за них ответственность. Джордж Бернард Шоу был совершенно прав, когда сказал:

« Если умыть кошку, она, как многие говорят, никогда больше не станет умываться. Человек никогда не научится тому, чему его учат»².

Восточные наставники - разнообразные *гуру и сэнсэи* - тоже не имеют ничего общего с коучингом, потому что учат человека не меняться во времена перемен. Стоять, словно скала, посреди бурлящего потока. Сохранять непоколебимую верность стародавнему традиционному обществу, что бы вокруг ни происходило. Превращать себя в живой храм, в котором оберегаются вечные ценности.

Мастер коучинга, наоборот, полагает, что *птица должна двигаться вместе с бурей, а не цепляться за ветку*. Но он считает также, что *для того, кто не знает, куда плывет, не бывает попутного ветра*.

* * *

Так что оставим пока слово «коучинг» без перевода.

Раз уж коучинг должен побуждать читателя к самостоятельным выводам и решениям, пусть он сам составит свое представление о том, что это такое, прочитав эту книгу.

Тем не менее, дадим ему уже сейчас некоторую **информацию к размышлению**, которая, на наш взгляд, совершенно необходима для общей ориентации.

Пару десятилетий тому назад западные психологи обратили внимание на такую тенденцию: вполне успешные менеджеры достаточно высокого ранга стали подавать заявления об увольнении. При этом они так и не могли внятно объяснить, почему у них возникло желание оставить свой пост. Заработная плата и условия труда их вполне устраивали. Отношения с руководством и с подчиненными тоже не давали никакого повода к увольнению. Они не получали каких-то более выгодных предложений «со стороны».

² Шоу Б. Афоризмы. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, Изд-во ЭКСМО-МАРКЕТ, 2000. С. 101

И все же они уходили, потому что чувствовали: в их работе и в жизни не хватает чего-то очень важного. Настолько важного, что без него просто не хочется работать и жить.

Руководители фирм обратились за разъяснениями к психологам. А психологи, столкнувшись с таким феноменом, который можно назвать *недовольством жизнью успешного человека*, оказались в трудном положении.

Ведь до сих пор, если вдуматься, психология занималась *помощью неудачникам*. Она изучала проблемы людей, которые не могут *нормально* учиться, *нормально* работать, *нормально* общаться, *нормально* строить семейную жизнь. Все ее усилия сводились к тому, чтобы привести людей, *не дотягивавших до нормы*, к *среднестатистической* жизни. Психолог старался добиться того, чтобы жизнь у такого человека-неудачника была такой же, **как у всех нормальных людей**. Он, таким образом, действовал вполне в русле христианской традиции - помогал слабым, немощным, сирым и убогим, совершенно не обращая внимания на тех, кто успешно справляется с жизнью сам.

И вот теперь вдруг обнаружилось, что психология знает очень многое о проблемах неудачников, но почти совсем ничего не знает о проблемах успешных людей. О проблемах тех, жизненные достижения которых не *ниже*, а *выше* нормы.

* * *

С таким же удивлением врачи в XX веке обнаружили, что очень многое знают о болезнях, но почти совсем ничего не знают о здоровье. Когда же они начали размышлять о здоровье, то сразу же пришли к парадоксальным выводам.

Во-первых, им пришлось признать, что абсолютно здоровых людей не бывает. Именно потому врачи осторожно пишут в своих бумагах - «практически здоров». Причем пишут они такой диагноз в *истории*

болезни. Согласимся, что это - достаточно странно. *История болезни фиксирует, что болезни практически нет.* Представим себе на минуту, что это - не история болезни, а, например, история страны. И вот история страны показала, что никакой страны практически не существует...

Здоровые люди, которые приходят на какое-нибудь плановое обследование, почему-то обижаются, когда медсестра, приглашая их в кабинет, говорит: «Проходите, больной!». Некоторые из них даже приходят в негодование.

И потом: что это означает - «практически здоров»? Практически здоров, а теоретически - болен? Или, быть может, некоторые болезни общество считает *нормальными* для своих членов? Кто, спрашивается, должен определять эту норму?

Во-вторых, медикам пришлось сделать еще один парадоксальный вывод. Людей, ресурсы здоровья которых позволяют не обращаться к врачам, в обществе очень мало - всего несколько процентов. А если их - меньшинство, то это значит: *здоровый человек - исключение, а больной - правило. Норма.*

Представление о болезни как норме поставило медиков в тупик. Ведь доныне они считали нормой именно здоровье...

* * *

С той же, в сущности, проблемой столкнулись и психиатры - еще в начале XX века. Классик западной психологии и психиатрии К.Ясперс навсегда запомнил разговор со своим учителем, профессором Вильмансом:

«В одной из бесед Вильманс следующим образом выразил парадоксальную природу понятия «болезнь»: «Так называемая нормальность – не что иное, как легкая форма слабоумия». Логически это означает следующее: объявив нормой умственную

одаренность, мы должны будем признать, что большинство людей слегка слабоумно. Но мера здоровья – это нечто статистически среднее, то есть свойственное большинству; соответственно, легкая степень слабоумия – это и есть здоровье. Тем не менее, говоря о легкой степени слабоумия, мы всякий раз подразумеваем нечто болезненное. Следовательно, нечто болезненное есть норма. Таким образом, «здоровое» - синоним «больного». Такой логический ход мысли завершается очевидным распадом обоих понятий, независимо от того, основываем ли мы их на оценочных или среднестатистических суждениях»³.

И Вильманс, и Ясперс, и все прочие западные психиатры после таких размышлений предпочли не использовать понятия «здоровье» и «болезнь» при характеристике психического состояния человека. Они заявили, что настоящий врач может говорить только о конкретных заболеваниях.

* * *

Какое же отношение все сказанное имеет к коучингу?

Самое прямое.

Пришла пора расстаться с наивным, но устойчивым и «само собой разумеющимся» представлением, в соответствии с которым есть *больной, у которого существуют психологические проблемы*, и есть *здоровый человек, у которого психологических проблем не существует*. Точно так же надо расстаться с наивным представлением о том, что в жизни существуют *неудачники*, которые только и нуждаются в помощи, и существуют *успешные люди*, которые ни в какой помощи не нуждаются.

³ Ясперс К. Общая психопатология. С. 936.

Каждый из читателей наверняка замечал, что так называемые неудачники вовсе не всегда влачат жалкое существование. В большинстве своем они прекрасно умеют перекладывать свои жизненные проблемы на плечи так называемых успешных людей.

В сущности, понятие «неудачник» обозначает определенный стиль жизни, при котором человек умело использует свою беспомощность, чтобы получить разнообразную и эффективную поддержку «успешных людей». Больше того: он агрессивно требует этой помощи, объединяясь в единый фронт с другими «неудачниками».

В результате оказывается, что у так называемых «успешных людей» проблем оказывается в два раза больше: ведь им надо решать не только свои собственные проблемы, но и проблемы неудачников.

Как отмечает народная мудрость, кто много везет, на того много и грузят.

Миф о неудачниках, у которых только и есть проблемы на этом свете, создан самими неудачниками. Точно так же, как и миф о том, что у людей успешных - «социально здоровых» - никаких серьезных проблем не просто существует.

* * *

Психология коучинга, таким образом, вступает на территорию, остававшуюся до сих пор «неведомой землей» - причем такой, о которой большинство исследователей ранее просто не подозревало, а некоторые напрочь отрицали саму возможность существования такой земли.

Психология коучинга собирается исследовать проблемы успешных людей.

Вот только некоторые основные вопросы, на которые психология коучинга намерена искать ответ:

Может ли успех тяготить человека?

При каких условиях вчерашний успех превращается в сегодняшнее бремя?

Какова максимальная цена, которую человек готов заплатить за то, чтобы достигнуть успеха и оставаться на его гребне?

Существуют ли объективные критерии успеха или они - чисто субъективны, то есть, говоря проще, зависят только от твоего мнения и мнения других ?

Каково отношение успешного человека к себе самому?

В чем заключается суть психологических кризисов, переживаемых «успешным человеком»?

Каковы пути их преодоления?

Все эти вопросы, перечень которых, впрочем, далеко не полон, можно свести к одному, главному:

Как возможен успех после успеха?

Его-то мы и будем считать основным вопросом коучинга.

Коучинг - это высшая психология, которая помогает успешному человеку открыть новые перспективы его жизни.

* * *

«Коучинг» уже *есть* сегодня, но он есть всего лишь как *потребность* и как *попытка*. В разных странах Европы давно возникли *консультации для здоровых людей*, где с большим или меньшим успехом практикуется «talking cure», то есть «лечение непринужденным разговором». Но - вовсе не по Зигмунду Фрейду. В кабинетах психоаналитиков происходит как раз разговор *принужденный*, поскольку сводится он, в конечном счете, к выпытыванию того, как именно возникло ваше вожделение к одному из родителей и ревность к другому. В дальнейшем психоаналитическая

беседа представляет собой детектив-хэппенинг, в котором психоаналитик и пациент выдумывают очередные преступления либидо с последующим их разоблачением.

Настоящий коучинг далек от этих увлекательных игрищ.

Он ориентируется на тех, кого не убеждают нехитрые объясняющие схемы Фрейда. Он желает иметь дело с теми людьми, которых не устраивает наивная игра в психологию как точную науку - вроде физики души. Он адресуется и к тем, кто не удовлетворился вековыми советами священников, которые призывают жить вне пространства и времени *этого* мира.

Однако сама непереводаемость и неопределяемость слова «коучинг» доказывает, что *пока его еще нет*. Еще древние греки загадывали нехитрую загадку: что это за вещь, которая есть, но ее в то же время еще нет? Отгадка была простой: это вещь, которая строится.

Так и коучинг всё еще складывается, и продолжается это уже двадцать седьмой век кряду.

* * *

Сегодня на наших глазах предпринимается еще одна, решительная и окончательная попытка заняться коучингом. Она неоспоримо доказывает, что психологи устали от ползучего эмпиризма, намертво прикованного к фактам и утратившего способность видеть общий смысл своей деятельности. Их также утомила и вечная возня с неудачниками.

Сама попытка сотворения коучинга, конечно, заслуживает всяческого одобрения.

Однако сегодняшние способы реализации столь благого замысла отчего-то напоминают древнюю восточную притчу о группе слепых, которых впервые подвели к слону. Один, наиболее робкий из них, подойти так и не решился, и всё спрашивал издали, что же такое слон.

Его собраты стали отвечать - и немедленно завязалась живая дискуссия. Кто-то из слепых уверенно констатировал, что слон подобен шершавой колонне, в чем он только что непосредственно убедился на опыте. Другой немедленно возразил, что слон похож на толстую кожаную трубу, которая свисает откуда-то сверху и шевелится. Третий решительно опроверг эти ложные мнения: он как раз ухватил слона за хвостик.

Приблизительно так же сегодня коллективно нащупывается представление о коучинге.

* * *

Часть нынешних искателей коучинга полагает, что коуч - это любой наставник-профессионал, находящийся на служебной лестнице хотя бы одной ступенькой выше. Он открывает наставляемым новые горизонты - именно благодаря тому, что оттуда, сверху, лучше видит дальние перспективы. Иными словами, любой руководитель холдинга вполне может быть коучем для руководителя отдельного предприятия. А для него самого, в свою очередь, идеальным коучем мог бы стать, к примеру, министр соответствующей отрасли.

Как и любой из слепцов в приведенной нами притче, такие теоретики коучинга в чем-то правы. А именно - в том, что *мастер коучинга действительно помогает открыть новые горизонты.*

Однако это вовсе не означает, что он обязательно видит эти горизонты сам. А даже если и видит, его видение остается всего лишь его собственным, приватным видением, но - не более того. Это его собственное видение перспектив вовсе не будет безоговорочно принято теми людьми, с которыми он ведет свои беседы. Ведь слушатели - далеко не профаны, а мастера в своем деле. Они давно успели составить свое представление о нем. Едва ли одна беседа - путь даже с самим министром! - сможет это представление изменить. Речи

высшего специалиста вовсе не воспринимаются ими как откровения, которые заставляют замирать с открытым ртом. Он излагает всего лишь собственное видение перспектив. Слушатели сопоставляют это видение со своим прогнозом на будущее. Возможно, их представления о перспективах в чем-то уточняются, в чем-то дополняются - но в основе своей они остаются прежними.

Одним словом, никакого прорыва на иной, качественно новый уровень понимания собственной жизни и деятельности у слушателя такого коуча отнюдь не происходит.

Чтобы такой прорыв произошел, надо, чтобы его осуществил сам человек, а не кто-то другой - за него и вместо него.

Роль коуча можно сравнить с ролью катализатора в химических процессах. Катализатор не участвует в реакции сам, но существенно ускоряет ее протекание. Мастер коучинга не должен предлагать свою перспективную стратегию человеку. Он может только ускорить процесс ее самостоятельного вызревания в голове того, с кем ведет беседу.

* * *

Второй подход к пониманию коучинга сегодня основывается на том, что слушателям предлагается несколько новых, «продвинутых» гуманитарных технологий. Если в первом случае в роли коуча представляется человек «из своих», то есть специалист из той же сферы, в которой заняты наставляемые, то во втором случае коучем пытается быть именно человек «со стороны». Он сразу же откровенно признается, что ничего не понимает в конкретной специфике того дела, которым заняты наставляемые. Но именно в этом, якобы, и заключается его преимущество. Ведь наставляемые целыми днями только и думают, что им делать, а потому у них просто не остается

времени, чтобы посмотреть на себя со стороны и задаться вопросом - а как они это делают и как можно было бы делать это лучше и эффективнее?

Новоприбывший коуч, наоборот, не особенно интересуется тем, что делается его слушателями конкретно. Зато он только и занят тем, что анализирует, как именно строят свою деятельность и свои отношения самые разные люди. Он сопоставляет принципы организации деятельности пекарей, артистов, химиков и священнослужителей, обнаруживая в них нечто сходное. А в результате - обретает представление о продвинутых гуманитарных технологиях.

Применение таких универсальных технологий на данной конкретной фирме (заводе, отрасли и т.п), как предполагается, должно привести к прорыву на новый, более высокий уровень. Их можно предложить, для начала, руководителю - чтобы он более искусно управлял своими подчиненными. Их можно, далее, предложить подчиненным - например, менеджерам среднего звена. Подразумевается, что это повысит уровень управления персоналом. Наконец, с некоторыми новыми технологиями было бы полезно познакомить и сам рядовой персонал фирмы. К примеру, раскрыть глаза продавцам на тонкости глубинной психологии покупателей.

Что же, и в таком представлении о коучинге тоже есть некоторая крупица истины. Действительно, *в основе коучинга лежит знание о людях*, то есть знание *гуманитарное*. Без такого, *гуманитарного* знания прорыв к новым вершинам сегодня невозможен даже на трижды техническом производстве.

С этим невозможно не согласиться.

Но вот свести коучинг к применению продвинутых гуманитарных технологий всё же нельзя.

Начнем с того, что любая технология - и производственная, и гуманитарная - это всего лишь *средство* для достижения цели. Если же цель не определена, никакие знания о средствах не помогут. Консультантов по продвинутым гуманитарным технологиям можно сравнить со штабом военачальника. Хороший штабист прекрасно знает, как наступать, как занимать оборону, как проводить отступление. Он не знает одного: что именно военачальник намерен делать в данном конкретном случае - атаковать, обороняться или отводить войска. Цель штабу должен поставить именно он, военачальник. И только после этого наступит черед применения технологий.

Мастер коучинга никаких универсальных технологий не предлагает. *Он побуждает человека взять на себя командование своей жизнью и поставить цель - себе самому и возглавляемой им «команде».*

Возможно, после этого и потребуются знатоки продвинутых технологий. А, может, и не потребуются, поскольку окажется, что руководителю и подчиненных будет вполне достаточно собственных знаний и разума.

Есть и еще одна тонкость в таком *технологическом* подходе к коучингу, которую принять невозможно. Если ты рассуждаешь о гуманитарных технологиях, то ты предполагаешь, что твоя фирма (завод, отрасль) ничем не отличается от машины. Люди в ней - это шестеренки. А ни один технолог не ожидает от шестеренок самостоятельности и свободы. Если в машине что-то болтается, надо это немедленно подтянуть. Иначе оно развинтится окончательно и разнесет весь механизм. Любой шофер знает, что всякое постукивание рано или поздно закончится большим грохотом, а потому все время

чутко прислушивается к звукам, которые издает управляемое им средство передвижения.

Манипулирование людьми с помощью технологий несовместимо с самим духом коучинга.

Подлинный мастер коучинга знает, что для прорыва на новый уровень надо в первую очередь отказаться от сравнения людей с шестеренками. Как раз наоборот ! Даже в тех, кто уже дал превратить себя в простую шестерню, мастер коучинга пытается разбудить самостоятельное мышление.

* * *

Сторонники третьего подхода к пониманию коучинга признают, что его смысл состоит именно в том, чтобы побудить человека самостоятельно определять свои жизненные цели.

Это признание - необходимое, но еще далеко не достаточное. Можно сколько угодно взывать к человеку: «Мысли самостоятельно! Имей мужество пользоваться собственным умом!», но при этом от тебя будут только отмахиваться, словно от назойливой мухи.

Почему? Да потому, что искусство коучинга требуется человеку только тогда, когда в нем возникнет реальная потребность. Во все остальные моменты коучинг не только излишен, но и вреден. Ведь всяческие поиски нового, качественно иного, словом, творческое мышление требуется руководителю далеко не всегда. Тот, кто постоянно мыслит, так и не может перейти к действию.

На заводах есть железное правило: без крайней необходимости не пускать конструктора в сборочный цех. Он неизбежно дезорганизует производство своими очередными гениальными идеями. И летчиков тоже учат так: принял решение - твердо держись его, не занимайся поисками лучшего, иначе разобьешься!

Поэтому коучинг нужен человеку вовсе не постоянно. Он требуется только в переломные моменты его жизни.

Истинный мастер коучинга всегда умеет определять, когда именно такие моменты наступают. Он должен распознавать начало психологического кризиса еще до того, как его почувствует и осознает сам подопечный. Он должен своевременно побудить подопечного к осознанию кризиса и к принятию им самостоятельного стратегического решения - в каком именно направлении нужно выходить из него.

Эту-то главную, *стратегическую* цель мастер коучинга и побуждает поставить перед собой. Только ее! Не вдаваясь в частности! И только в нужный, в переломный момент.

Здесь, согласимся, ни о каких *общих* технологиях уже не может быть речи. Здесь требуется строго индивидуальное понимание каждого отдельного человека.

Но как же мастер коучинга сможет побудить человека к постановке им его собственной стратегической цели?

Он, конечно, мог бы непрерывно твердить свое просветительское заклинание: «Думай! Проявляй творчество! Мысли и решай самостоятельно!» Но делу такие заклинания не помогут. Мастер коучинга обладает искусством подтолкнуть человека к стратегическому жизненному выбору, прибегая к собственным средствам. Он может вовремя рассказать о том, как мыслили и поступали различные люди в аналогичных ситуациях. Нет, разумеется, каждая ситуация неповторима. Именно такой ситуации, если рассматривать ее во всех деталях, еще не было ни у кого на свете за всю историю человечества. Но вот, к примеру, весьма отдаленная аналогия, о которой может поведать притча... Вот сходный случай из давней или

недавней истории ... Вот подходящая к случаю мысль, высказанная кем-то из мудрецов давнего или недавнего прошлого...

Здесь-то, собственно, и начинается высшее искусство коучинга. А верный признак настоящего искусства - полная непостижимость того, как именно догадался это сделать мастер...

* * *

Быть может, понять сущность коучинга будет легче, если говорить не о том, *как его нет*, а о том, *как он есть?*

Точнее, о том, *как он был?*

А еще точнее - *как он пытался быть?*

Если говорить о тех *элементах* коучинга, которые уже наблюдались раньше - в давней или недавней истории?

Но которые, увы, так и остались элементами, так и не сложившись в некое осмысленное целое...

Пожалуй, именно таким путем мы и двинемся.

Однако путь этот будет далеко не прямым, поскольку *коучинг не предполагает вкладывание готовых мыслей в голову читателя или слушателя. Он представляет собой искусство наталкивать читателя или слушателя на собственные мысли с помощью весьма неожиданных для него и, на первый взгляд, очень странных техник.*

Один из авторов, писавших о Сократе, использовал образ, который прекрасно подходит для описания сущности коучинга. Он сравнил слушателя Сократа с человеком, который самостоятельно ищет дорогу в темном лесу. А Сократ, сопутствующий ему, не указывает дороги, не ведет за собой и даже не подталкивает его незаметно в нужную сторону. Он просто держит над головой фонарь. Слабый свет этого фонаря выхватывает из темноты то одно, то другое. Но это - отнюдь не *подсказки*, которые так любят двоечники и реформаторы

образования, устраивающие экзамены в виде тестов. Странник, сопровождаемый Сократом, должен найти свой путь исключительно сам. А свет фонаря - это, возможно, свет самых неожиданных аналогий. В этом, *ином* свете даже привычное и знакомое вдруг открывается совершенно неведомой своей стороной...

Глава 1. О том, почему коучинг не был придуман в прошлом врачами и психологами

1.1. Парадокс новизны коучинга

Сегодня коучинг воспринимается как абсолютно новое слово в психологии. И это - странно. Так что для начала стоит разобраться, почему возникает впечатление столь радикальной его новизны.

Неужели раньше не было ничего подобного?

Было. И вскоре мы убедимся в этом.

Может быть, коучинг представляется чем-то абсолютно новым только психологам?

Нет, психологи вовсе не так наивны. К их чести надо сказать, что они, занявшись коучингом, очень быстро обнаружили своих предшественников, существовавших не вчера, не позавчера, а в самой

глубокой древности - целых два с половиной тысячелетия тому назад. Особенно притягательной для них оказалась фигура Сократа (ок. 470 -399 до н.э.): этого древнегреческого мудреца уже готовы объявить прародителем коучинга.

Был или не был Сократ первым в истории человечества мастером коучинга, мы еще успеем выяснить в свое время. А пока укажем на явный парадокс:

коучинг объявляется абсолютно новым словом в психологии, но при этом его первоисточки обнаруживаются двадцать пять веков тому назад!

Право, здесь есть о чем поразмыслить...

* * *

Представим себе такую картину: портреты великих учителей жизни - от античности до современности - вывешены в огромной картинной галерее, а те, кто интересуется их учениями, выступают в роли ее посетителей. Нетрудно будет заметить: не только в разные века, но и в разные десятилетия одного и того же века публика в галерее вовсе не распределяется по ней равномерно. У одних портретов собираются огромные толпы, другие же едва привлекают внимание одиночек, поразительно глухих к голосу моды. Но проходит некоторое время - и массы посетителей возвращаются к тем, кто, казалось бы, уже навсегда был позабыт ими. Публика движется по галерее, словно маятник: она постоянно возвращается к тем великим учителям жизни, которые долгое время пребывали в забвении - и тогда их фигуры предстают в новом свете и в новом блеске.

* * *

Что же вызывает такие изменения в интеллектуальной моде? Что провоцирует «вечное возвращение» древних наставников жизни? Почему интерес к учению каждого из них, выражаясь словами Гераклита, « мерами вспыхивает и мерами затухает», заставляя то одного, то другого мудреца появляться из тьмы забвения и завладеть умами, а затем снова уходить в глубокую тень?

Здесь дело вовсе не только в том, что новое - это хорошо забытое старое. Каждая эпоха, каждый век, даже каждое десятилетие задает прошлому свои собственные вопросы -такие, которые вызваны необходимостью разобраться в современных коллизиях. И даже тогда, когда кажется, что вопросы звучат одинаково, ответы на них получаются в различные исторические моменты самыми разными.

Говорят, что однажды студенты спросили А.Эйнштейна, почему он уже на протяжении нескольких лет предлагает одни и те же темы

для научных рефератов. Великий физик ответил, что с каждым годом ответы на одни и те же научные вопросы должны изменяться. А потому рефераты на одни и те же темы неизбежно получатся разными.

Так обстоит дело не только в физике.

В гуманитарных науках - а психология, как ее ни поверни, принадлежит именно к ним! - изменения происходят ничуть не медленнее. Вопросы, которые ставятся перед ней, меняются с каждым десятилетием, а ответы на них порой меняются еще чаще.

В такой обстановке психологи неизбежно обращаются за помощью к прошлому. Во-первых, стремительный поток перемен всегда заставлял человека искать опору - что-то устойчивое и незыблемое. Если такой опоры не обнаруживается, если текуще абсолютно все, невроз человеку обеспечен. (По современным исследованиям, невроз у городского жителя способно вызвать даже изменение внешнего вида более чем десяти процентов домов на его улице. А ничто человеческое не чуждо даже ученому!).

Во-вторых, современные ученые вовсе не хотят начинать с нуля и заново изобретать велосипед. В учениях мыслителей прошлого они пытаются найти некоторые «наработки» и «ценные постановки проблем» - тем более, что на сегодняшние вопросы надо отвечать срочно.

В-третьих, признанный авторитет найденных в прошлом предшественников придает концепции сегодняшнего ученого дополнительный вес.

Все это, а вовсе не сомнительное желание выдать забытое старое за нечто новое, и заставляет обращаться сегодня к великим учителям жизни из прошлого.

Так и психологи, будучи поставленными перед совершенно *новой* для их науки областью, первым делом принимают *вспоминать*. Поскольку же они получают в университетах хорошее гуманитарное образование, в их распоряжении оказывается память всего человечества. В результате такие *воспоминания о будущем* уводят психологов-новаторов весьма и весьма далеко.

К примеру, К.Г.Юнг, создавая *новейшую* теорию психологических типов, для начала объявил, что «психология известна с тех пор, как существует наш мир»⁴, а потому начал свой труд с главы под названием «Проблема типов в истории античной и средневековой мысли». В итоге оказалось, что в роли первого типичного интроверта у Юнга предстал «отец церкви» Тертуллиан⁵, родившийся около 160 г. н.э., а в роли первого типичного экстраверта - Ориген⁶, родившийся двадцать пять лет спустя. Первооткрывателями же интуитивного и сенситивного типа Юнг считал поэта И.Ф. Шиллера (1750-1805) и философа Ф.Ницше (1844-1900)⁷.

Разумеется, учения мыслителей прошлого - теологов, поэтов, философов - вовсе не были для К.Г.Юнга предметом чисто «музейного интереса». Он задавал их создателям те вопросы, которые диктовала ему современность. Точно так же сегодня поступают теоретики и практики современного коучинга, обращаясь к учению Сократа. Они сознают: чтобы совершить прыжок в будущее, надо хорошенько отступить в прошлое для разбега.

⁴ Юнг К.Г. Психологические типы. М.: ООО «Харвест», 2003. С.13

⁵ « Личность Тертуллиана являет собой классический пример интровертного мышления» (Юнг К.Г. Психологические типы. С.19).

⁶ «Оригена можно назвать классическим представителем экстравертного типа» (Юнг К.Г. Психологические типы. С.21).

⁷ « В итоге понятия Ницше приводят нас к принципам третьего и четвертого психологического типа...Это типы интуитивный и сенситивный...» (Юнг К.Г. Психологические типы. С.154).

Но вот ведь в чем вопрос: почему, отступая в прошлое, современные психологи ищут и находят своих предшественников среди древних теологов, философов и поэтов, но отнюдь не среди врачей античного мира, средних веков и нового времени? Почему они задают свои вопросы Сократу, а не Гиппократу? Почему их не привлекает, скажем, трактат философствующего врача Ламетри «Человек-машина»? Почему в ответ на вопросы современных искателей коучинга безмолвствуют врачи и психологи 19 и 20 столетий?

И вообще: ***почему коучинг воспринимается сегодня как нечто такое, что возникает в стороне от магистрального пути развития медицины и психологии?***

* * *

Время от времени у представителей любой науки возникает впечатление, что всё основное в ней уже сделано - разложено по полочкам и расставлено по своим местам. Остается только решить некоторые мелкие вопросы и применить великолепные солидные теории на практике. Но именно в такие моменты где-то за пределами этой науки вдруг возникает такой фактор, который смешивает все карты и заставляет произвести радикальную переоценку ценностей.

Именно такой период и переживает сегодня психология. Психологи пребывают в убеждении, что здание их науки уже возведено - остались только мелкие недоделки и отделочные работы. Психологи занимаются ими с великим тщанием, не спеша определяя приоритеты и распорядок своей деятельности. График работ расписан ими на дальнюю перспективу.

Но продолжим это сравнение - и представим себе реакцию бригады отделочников на появление человека, который заявляет, что вообще-то надо строить несколько другое здание и на совершенно ином фундаменте. Ясно, что реакция эта будет достаточно однозначной. Если

от пришельца не удастся просто отмахнуться, его наверняка объявят полным профаном в строительстве.

Приблизительно такой была реакция психологов на призыв топ-менеджеров крупнейших западных фирм - разобраться с проблемами их вполне успешных и процветающих работников. Да, у этих работников сегодня есть все, что принято считать верными признаками успеха - престиж и высокие доходы. Но, перешагнув рубеж тридцатилетия, многие из них начинают испытывать непонятную неудовлетворенность делом, в которое уже вложили столько сил. Они почему-то *утрачивают интерес к своей жизни в профессии*, а некоторые решаются на крутой поворот - находясь на гребне успеха, пытаются начать жизнь сначала, с самых незавидных стартовых позиций.

Психологи и врачи, конечно, внимательно выслушивают этот призыв *извне* - и понимающе кивают. Да, к сожалению, такое с людьми бывает. Это - не что иное, как кризис середины жизни, хорошо известный возрастной психологии. Дав такой ответ, психологи норовят вернуться к своим собственным делам, которые представляются им не в пример более важными.

Однако топ-менеджеры бизнеса продолжают настаивать на своем. Ссылка на кризис середины жизни их отнюдь не устраивает. Им нужно не объяснение происходящего, а изменение существующего положения дел. Ведь не только уход ценного работника, находящегося на пике своей профессиональной формы, но даже относительно кратковременный приступ хандры у человека, который отвечает за важный участок в бизнесе, способен обернуться при нынешних темпах деловой жизни немалыми убытками и огромной упущенной выгодой.

Топ-менеджеры требуют разобраться в проблемах успешных людей и даже готовы вкладывать средства в соответствующие психологические исследования.

Но какой еще ответ могут дать им психологи и медики, врачующие душу?

Им остается только развести руками, а вдобавок пожать плечами: ничего тут не поделаешь - от кризиса середины жизни еще никто и никогда не лечил. Точно так же, как от кризиса, переживаемого человеком в пубертатный период. Бывают такие кризисы, через которые проходят абсолютно все люди. А лечить всех - невозможно. Так что придется подождать, пока оно пройдет само.

Врачам кажется, что здесь все обстоит приблизительно таким же образом, как и с таинственным недугом под названием ОРЗ - или, точнее, с несколькими десятками заболеваний, которые скрываются за этим диагнозом. Если лечить ОРЗ, оно пройдет за неделю. Если не лечить, оно пройдет за семь дней. Ну, конечно, пройдет не совсем уж само собой, без всякой помощи. Но тут будет вполне достаточно применения испытанных народных средств - насыпать сухой горчицы в носки, попить чайку с малиновым вареньем, подышать паром над кастрюлькой с вареной картошкой. Борьба с болезнью, которая бывает абсолютно у всех и проходит за неделю, особой славы врачу не принесет. А потому здесь не стоит даже трудиться, чтобы поставить абсолютно точный диагноз. Только поставишь его, как болезнь уже прошла. Так что диагноз ОРЗ - Острое Респираторное Заболевание - по точности вполне сравним с расплывчатым народным понятием «простуда». Одним словом, есть болезни посерьезнее, более заслуживающие внимания врачей. Вот если будут осложнения - обращайтесь.

Приблизительно так же психологи и врачеватели душ смотрят на кризис середины жизни. Он, конечно же, представляет собой состояние болезненное, но вовсе не столь серьезное, поскольку с ним - вроде как с легким насморком - вполне можно выходить на работу. Так что лицам, переживающим кризис середины жизни, вполне можно поставить приблизительный диагноз и добавить к нему - «практически здоров». Это, батенька, бывает со всеми. А всех на свете лечить невозможно. Надо справляться народными средствами - поболтать с друзьями под водочку на рыбалке или в бане, побеседовать по душам со старшими, которые уже справились со своим кризисом середины жизни. Или, быть может, хорошенько исповедаться какому-нибудь случайному попутчику в поезде дальнего следования.

А вот если не поможет, если будут осложнения - тогда уже надо обращаться к специалисту. К психологу или к врачу.

Таков обычный ответ, который вытекает из устоявшихся на сегодняшний день представлений о задачах врача и психолога. Этот ответ даже давать не надо - он напрашивается *сам собой*. Он - *самоочевиден*. Он ясен даже ребенку.

* * *

Самоочевидности - это предмет особого внимания коучинга.

Первая заповедь коучинга состоит именно в том, чтобы никаких самоочевидностей не признавать таковыми.

Что такое - *самоочевидность*? Это - жизненная аксиома, которая принимается без доказательств. Это - то, что просто не заслуживает размышления. То, что выражаясь народным языком, понятно даже ежу. Или козе.

Самоочевидность есть то, что разумеется *само собой*.

А если так, то никто это само собой разумеющееся и не *разумет*. Зачем же, спрашивается, думать о том, что разумеется само собой?

Но если никто это *само собой* разумеющееся не осмысляет, то оно и не проходит через человеческое сознание, оставаясь вне поля его внимания.

Не только у каждого отдельного человека, но и у каждой социальной группы, у каждого общества, у каждого народа существуют само собой разумеющиеся представления, которые не осмысляются.

Стало быть, они являют собой поле уже-не-осознаваемого.

Это - нечто совсем иное, чем бессознательное, которое описывал З.Фрейд. Бессознательное - это *еще-не-осознаваемое*, и задача психоанализа состоит именно в том, чтобы осознать его: «Где было Оно, должно стать Я». «Самоочевидности», наоборот, некогда были в поле сознания, но затем ушли из него в глубокую тень, превратившись в *уже-не-осознаваемое*. Это новое квази-Оно теперь встало на место Я и, действуя в обход сознания, определяет основные жизненные установки человека.

Главная задача коучинга и состоит в том, чтобы помочь человеку мобилизовать свое сознание и высвободиться с его помощью из-под власти нового квази-Оно - из-под власти навязанных ему «самоочевидностей».

* * *

Уже давно было замечено, что любое сколько-нибудь значимое для людей представление вначале воспринимается как *скандально новое, совершенно неслыханное и спорное*. Затем оно превращается в *тривиальность, известную всем и каждому*. Наконец, оно становится *предрассудком, с которым срочно необходимо расстаться*.

На *первой* из этих трех стадий новое представление обосновывается его сторонниками с помощью рациональных аргументов: они взывают к разуму всех и каждого, изображая старые представления неразумными предрассудками. Поскольку новое представление привлекает всеобщее внимание, оно находится в поле внимания сознания всех и осознается всеми - конечно, в меру их интеллектуальных возможностей.

На *второй* стадии сознание широкой публики отворачивается от этого представления, которое уже утратило привлекательность новизны. Оно кажется тривиальностью, ясной, как дважды два. Кто же этого не знает? Стоит ли говорить и думать об этом? Приходят новые поколения, которые воспринимают такое вошедшее в обиход представление просто как привычную данность, существующую от века и даже «от природы». Воспитатели молодежи подают это представление как нечто «естественное», незыблемое и самоочевидное, составляющее фундамент культуры.

Именно на этой, второй стадии данное представление и превращается в самоочевидность, в нечто, разумеющееся само собой, а потому не подлежащее осмыслению. Оно становится ***уже-не-осознаваемым*** и превращается в фундамент господствующего мировоззрения.

Наконец, наступает время, когда отдельный человек, социальная группа или общество в целом уже не может достичь своих целей, основываясь на прежнем мировоззрении, сформированном из таких самоочевидностей. «Само собой разумеющиеся» представления начинают стеснять человеческую активность - и сознание вновь устремляет свой луч во тьму, покрывающую *уже-не-осознаваемое*. Самоочевидности бесцеремонно выволакиваются из тьмы на свет и

хорошенько рассматриваются критическим взглядом - так ли уж они несомненны, как это было принято полагать?

Эта, третья стадия и представляет собой стадию коучинга.

Мастера коучинга вначале подвергают сомнению свои собственные самоочевидности, а затем подвигают других произвести такую же процедуру - *хорошенько осознать и подвергнуть переосмыслению представления отдельного человека или представления целого общества о самом себе и об окружающем мире.*

* * *

Современная психология тоже нуждается в коучинге- для того, чтобы создать коучинг.

В противном случае теория и практика коучинга так и будет оставаться за ее пределами, а психологи ничего не смогут предложить для решения тех вопросов, которые ставит перед ними современная жизнь.

Коучинг развивался до сих пор за рамками психологии именно потому, что психология пребывала в плену двух «самоочевидных», *уже-не-осознаваемых* представлений.

Таких «самоочевидных» представлений в психологии два:

- **помогать надо исключительно тем, кто слаб и немощен, а потому не добился никаких успехов в жизни;**
- **место психологии - в ряду так называемых «точных наук», которые должны «прежде всего опираться на наблюдения и опыт»,⁸ рассматривать «объективные данные», а образцом для себя считать естествознание и его лидера - физику.**

⁸ Юнг К.Г. Психологические типы. С. 14.

Оба представления были унаследованы психологией от ее «родителей» - христианского душепопечительства и медицины. Оба принимаются ныне без доказательств, как само собой разумеющиеся аксиомы. Оба принадлежат к сфере *уже-не-осознаваемого*, а потому коучинг требует вернуть их в сферу осознанного, то есть подвергнуть критическому осмыслению.

1.2. Надо ли помогать успешному человеку?

Итак, первое «самоочевидное» представление состоит в том, что *помогать надо только немощным.*

Эту «самоочевидность» современная психология получила в наследство от медицины, а медицина усвоила из поучений теологов.

Врачи Европы всегда определяли свою миссию, сверяя свою жизнь с жизнью Христа, лечившего немощных и убогих. Впрочем, точнее было бы сказать, что их *приучали* так думать на протяжении многих веков. Ведь первые медицинские факультеты возникли в средневековых университетах, создававшихся под покровительством римских пап. И в этих университетах они непременно соседствовали с факультетами теологическими. Так что врачебная этика формировалась под самым непосредственным теологическим влиянием.

И первые больницы тоже создавались при монастырях. Об этом сегодня напоминает не только эмблема медиков - *крест*, но и унаследованные из монастырской жизни названия должностей среднего медицинского персонала - «сестра», «сестра-хозяйка». (Описанный Дюма-отцом обычай назначать дуэли у монастырей был в этом отношении весьма практичным: протыкать друг друга шпагами лучше было у самого порога больницы).

Так что нет ничего удивительного, что врачи усвоили в качестве самоочевидного и само собой разумеющегося христианский принцип: помогать надо немощным, а врач - это продолжатель дела Христа, принесшего себя в жертву ради спасения страждущего человечества.

Таким образом, медицина - это не *профессия*, а *миссия*, причем миссия жертвенная.

Дальше - больше.

Врачей всячески убеждали в том, что, наследуя эту миссию, они и сами должны быть подобны Христу, который изгнал менял из храма и заявил, что человеку богатому так же трудно войти в Царство Небесное, как верблюду - пройти сквозь игольное ушко. Стало быть, надо лечить немощных, и притом делать это следует бесплатно - откуда же у немощных деньги?

Затем к теологам, воспитывавшим врачей, добавились светские моралисты: они тоже всячески убеждали медиков в неизбежной жертвенности их миссии. (Особенно преуспели в пропаганде такого взгляда российские писатели: немалая их часть в молодые годы занималась врачеванием, но затем оставила это дело и принялась воспитывать тех, кто продолжал заниматься им.)

Светские моралисты, правда, несколько отошли от пропаганды святости врачу и выдвинули более практичный принцип: врач должен лечить процветающих и успешных людей - за большие деньги, а затем использовать эти средства для бесплатной помощи немощным.

Здесь, правда, начались некоторые неувязки с логикой и моралью. Ведь даже тот человек, который достиг в жизни успеха и процветания, во время болезни тоже становится немощным и страдающим. Стало быть, никакого отступления от общего правила тут нет: врач лечит только немощных и беспомощных. Но если так, за что же тогда брать втридорога за лечение с человека успешного и богатого? За то, что он заболел и страдает, то есть пользуясь его бедственным положением? Или - за то, что он после выздоровления снова будет успешным и процветающим, а у всех таких надо, не стесняясь, отбирать деньги и отдавать тем, кто не способен достичь успеха?

Врача, в сущности, пытались превратить в социалиста-экспроприатора, отнимающего у богатых и раздающего бедным - точно

так же, как пытались превратить точно в такого же социалиста самого Иисуса Христа.

По всему выходило, что помогать людям успешным и процветающим не только не нужно, но и просто аморально.

Когда современная психология стала понемногу выделяться из медицины, общественное мнение предъявило ей то же самое требование: помогать следует только немощным, причем - даром. Так, один из венских врачей заявил по поводу психоаналитических консультаций З.Фрейда, что этот нечестный человек наживается, используя неудержимое желание больных поговорить о своих болезнях. (Большинство его коллег промолчало, но подумало точно так же). Негодованию врачей не было предела: ведь Фрейд не мог оправдать свои гонорары ни тем, что он тратится на медикаменты, ни тем, что он производит какие-то операции и манипуляции. Нет, он берет деньги только за *разговоры!* И, естественно, берет эти деньги у людей, которые их имеют - то есть у людей успешных! Что за чудовищное нарушение ключевых медицинских принципов, который совершенно самоочевидны, а потому должны оставаться незыблемыми!

* * *

До тех пор, пока медицина и психология оставались в плену таких «самоочевидностей», они в принципе не могли прийти к коучингу.

Ведь коучинг - это помощь успешному человеку.

Такое занятие просто не могло не показаться ортодоксальному медику или психологу крайне подозрительным. Зачем, спрашивается, помогать тому, кто успешен и без всякой помощи? Разумеется, такое можно делать только обманом и с корыстной целью. Да еще и помощь-то предлагалась какая-то чересчур эфемерная: ничего реального, одни только разговоры. Сплошное сотрясение воздуха. Да и это - еще

не все! Мастер коучинга сразу же заявляет, что он не будет открывать тому, кому он помогает, никаких заветных секретов, и не станет делиться с ним какими-то ценными знаниями, как это делает, скажем, учитель или юрист. Свой путь выхода из кризиса тот должен будет найти абсолютно самостоятельно!

Нет, право, все это - какое-то жульничество и шарлатанство. Уважающий себя врач столь сомнительными штучками заниматься не станет никогда!

Психологам тоже попытались привить этику, сходную с той, которая была предписана врачам. Ведь кто он такой, психолог? В обыденном представлении - тот же врач, только для самых-самых легких случаев. (Когда они становятся более тяжелыми, его подопечный переходит к психотерапевту, а далее - к психиатру). Главная задача психолога - *психологическая коррекция*. А кого, спрашивается, надо *корректировать* - то есть *поправлять*? Конечно же, неудачника. Человека успешного поправлять ни к чему. Коррекция его только испортит. Да он, собственно, и не позволит никому себя поправлять... Что он - больной, что ли?

* * *

А ведь представление о том, что врач должен помогать только больным и немощным, вовсе не является таким уж самоочевидным и «естественным», от века данным. История медицины свидетельствует, что такого принципа врачи придерживались отнюдь не всегда.

Так, в Древнем Китае врачевателям платили вовсе не тогда, когда болели, а тогда, когда были здоровы. Во время болезни платить переставали. И это в корне меняло все. Врач не только был заинтересован в скорейшем излечении больного. Он, врач, *предпочитал вообще до болезни дела не доводить*. Он, стало быть, *лечил*

здоровых людей, поддерживая их здоровье - и, значит, вкладывал в понятие «лечить» совсем иной смысл.

Такое **лечение здоровых людей** - вовсе не то, что в современной европейской медицине принято называть профилактикой. Когда врач европейской школы размышляет о профилактике, он все-таки в первую очередь думает о *болезни*, а не о здоровье. Он стремится *предотвратить заболевание*, создать такие условия, при которых оно не может возникнуть, развиваться и распространиться. А *поддержание здоровья* - что бы там ни говорили о важности гигиены - все же не считается делом врача. Здоровье, так сказать, проходит «не по его ведомству».

Именно потому коучинг и представляется врачам и психологам абсолютно новым, доньше неслыханным делом. Они испытывают к коучингу нечто вроде инстинктивного недоверия. Ведь **коучинг - это помощь здоровому и успешному человеку**. И психологу, и врачу сама мысль о необходимости такой помощи представляется нонсенсом. Зачем же помогать людям здоровым и успешным, если вокруг такое множество больных и страждущих? *Помогать надо беспомощному*. А люди здоровые и успешные как-нибудь справятся со своими проблемами сами...

* * *

Может быть, Иисус Христос, подражать которому призывают врача, и в самом деле был ненавистником успешных и процветающих людей, а любил только немощных и убогих?

И это тоже далеко не так. Это - всего лишь одна из интерпретаций христианского учения, далеко не единственная и достаточно тенденциозная.

Да, Иисус Христос действительно врачевал немощных и расслабленных, и апостолов своих тоже сделал врачами, дав им власть «врачевать всякую болезнь и всякую немощь»⁹.

Но врачевание как таковое вовсе не было для Христа самоцелью. Он видел суть своей помощи человечеству отнюдь не в лечении немощных и расслабленных. В противном случае Христу пришлось бы врачевать всех, кто обращался к нему - до последнего пациента. А число обращающихся за помощью возрастало в геометрической прогрессии, так что врачевание грозило поглотить все время.

Главное, к чему стремился Иисус Христос - сообщить людям свое учение. Поэтому он ограничился всего несколькими исцелениями, которые должны были убедить маловеров в том, что Он - Сын Божий, а, стало быть, его учение должно быть принято людьми. Причем принять его должны были люди *сильные, мужественные и самостоятельные - или те, которым предстояло стать таковыми.* Чтобы убедиться в этом, стоит вдуматься в смысл следующих слов Христа:

« Не думайте, что Я пришел принести мир на землю; не мир пришел Я принести, но меч, ибо Я пришел разделить человека с отцом его, и дочь с матерью ее, и невестку со свекровью ее. И враги человеку - домашние его. Кто любит отца и мать более, нежели Меня, не достоин Меня; и кто любит сына или дочь более, нежели Меня, не достоин Меня; и кто не берет креста своего и следует за Мной, тот не достоин Меня»¹⁰.

Согласимся, что слова «не мир, но меч» трудно представить себе в устах врача. Исцеления нужны были Христу для того, чтобы привлечь

⁹ Мф. 10;1.

¹⁰ Мф. 10; 34-38.

внимание к учению - к учению о свободном выборе между добром и злом, предназначенному для того, чтобы человек стал сильным. А слабые выбирать неспособны. И тем более не способны они отстаивать свою веру.

* * *

Никакой неприязни к людям успешным и богатым Христос отнюдь не испытывал. Богатство, достигнутое праведным путем, вовсе не осуждалось им. Да, вера дает неизмеримо больше, чем все богатства земные. Но из этого вовсе не следует, что земные богатства следует презирать и ненавидеть.

Излагая свое учение, Христос прибегает к притчам - использует аналогии. Поставим простой вопрос: может ли он, рассуждая о Царстве Божьем, о вере и прочих возвышенных вещах, уподоблять им нечто такое, что им осуждается?

Разумеется, нет.

Но, стало быть, Христос вовсе не испытывает никакого презрения к купцу, если сравнивает с ним Царство Божье:

"Еще подобно Царство Небесное купцу, ищущему хороших жемчужин, который, найдя одну драгоценную жемчужину, пошел и продал все, что имел, и купил ее"¹¹.

Торгующие действительно были изгнаны Христом из храма - но вовсе не потому, что он считал торговлю как таковую занятием презренным. " Иисус, войдя в храм, начал выгонять продающих и покупающих в храме; и столы меновщиков и скамьи продающих голубей опрокинул; и не позволял, чтобы кто пронес через храм какую-либо вещь. И учил их, говоря: не написано ли: дом Мой домом молитвы наречется для всех народов? а вы сделали его вертепом разбойников"¹².

¹¹ Мф 13, 45-46.

¹² Мк 11, 15-17.

Речь шла, следовательно, о том, чтобы *прямо в храме* не меняли монеты (это было нужно, чтобы не приносить пожертвования римскими деньгами) и не продавали голубей для жертвоприношений. Все это надо делать за пределами храма. А в храме ничто не должно отвлекать от молитвы.

Еще одна притча, рассказанная Христом, убеждает нас в том, что занятие торговлей он считает вполне достойным уважения. Больше того: торговля должна приносить прибыль, а тот, кто не пускает деньги в оборот и упускает выгоду, должен быть наказан!

Конечно же, Христос хочет сказать вовсе не об этом. Смысл притчи таков: каждый должен укреплять и возвращать в себе веру - так, чтобы Христос во время второго своего пришествия обнаружил в своих приверженцах этой веры больше, чем ее было при первом пришествии. Но для доходчивости эта мысль подкрепляется аналогией: вера сравнивается с серебром, которое хозяин, уезжая, отдает на сохранение своим рабам. Те рабы, которые пустили выданные им таланты¹³ серебра в оборот и получили *сто процентную прибыль*, удостоились похвалы хозяина, а тот раб, который не сделал этого, зарыв талант для сохранности в землю, был сурово наказан.

Вращивание капитала сравнивается Христом со вращиванием веры в себе: говоря о себе в третьем лице, он так описывает свое второе пришествие:

" Ибо Он поступит, как человек, который, отправляясь в чужую страну, призвал рабов своих и поручил им имение свое: и одному дал он пять талантов, другому два, иному один, каждому по его силе; и тотчас отправился. Получивший пять талантов пошел, употребил их в дело и приобрел другие пять талантов; точно так же и получивший два таланта

¹³ Талант - мера веса, которая в Древней Греции, например, составляла 26,2 килограмма. Впрочем, в различные эпохи и в различных странах величина таланта могла варьироваться.

приобрел другие два; получивший же один талант пошел и закопал его в землю и скрыл серебро господина своего. По долгом времени, приходит господин рабов тех и требует у них отчета. И, подойдя, получивший пять талантов принес другие пять талантов и говорит: господин! пять талантов ты дал мне; вот, другие пять талантов я приобрел на них. Господин его сказал ему: хорошо, добрый и верный раб! в малом ты был верен, над многим тебя поставлю; войди в радость господина твоего. Подошел также и получивший два таланта и сказал: господин! два таланта ты дал мне; вот, другие два таланта я приобрел на них. Господин его сказал ему: хорошо, добрый и верный раб! в малом ты был верен, над многим тебя поставлю; войди в радость господина твоего. Подошел и получивший один талант и сказал: господин! я знал тебя, что ты человек жестокий, жнешь, где не сеял, и собираешь, где не рассыпал, и, убоявшись, пошел и скрыл талант твой в земле; вот тебе твое. Господин же его сказал ему в ответ: лукавый раб и ленивый! ты знал, что я жну, где не сеял, и собираю, где не рассыпал; посему надлежало тебе отдать серебро мое торгующим, и я, придя, получил бы мое с прибылью; итак, возьмите у него талант и дайте имеющему десять талантов, ибо всякому имеющему дастся и приумножится, а у неимеющего отнимется и то, что имеет; а негодного раба выбросьте в тьму внешнюю: там будет плач и скрежет зубов. Сказав сие, возгласил: кто имеет уши слышать, да слышит!"¹⁴

Нетрудно видеть, что поведение купца и его смышленных рабов-предпринимателей Христом вовсе не осуждается. Оно признается *нормальным*. И господин, и предприимчивые его рабы ведут себя так, как положено, так, как принято. Общий дух христианства состоит в том, чтобы *не вмешиваться* в мирские дела, заботясь только о спасении души

¹⁴ Мф 25, 14-30. (Здесь и далее Библия цитируется с использованием принятых сокращений по изданию: Библия. М.: Издание Московской патриархии. 1992).

для Царства Небесного. Христос Христос учил, что надо воздать кесарю кесарево, апостол же Павел со всей ясностью провозгласил, что всякая власть – от Бога.

Христианин должен принимать те политические порядки, которые существуют в *этом* мире - примерно так же, как принимают погоду. И точно так же он должен принимать экономические порядки, отнюдь не посягая на их реформирование или революционное преобразование.

Именно потому Христос не мог отдавать никакого предпочтения бедным и немощным перед богатыми и процветающими - до тех пор, пока речь шла о делах *этого* мира.

* * *

Никакого о каком приоритете слабых и немощных, нищих и убогих, позволяющих им претендовать на исключительное внимание Христа, в Библии не говорится. В Священном Писании не содержится ничего, похожего на призыв любить бедных больше, чем богатых или, скажем, чем людей среднего достатка. Христианская любовь вовсе не была избирательной. Христос пришел не для того, чтобы спасти бедных - равно как и не для того, чтобы спасти богатых. Он пришел, чтобы спасти все человечество - даже тех его представителей, которые, по меркам *этого* мира, спасения вовсе не заслуживали.

Об этом красноречиво свидетельствует история, поведенная в Евангелии от Матфея:

«...Фарисеи сказали ученикам Его: для чего Учитель ваш ест и пьет с мытарями и грешниками? Иисус же, услышав это, сказал им: не здоровые имеют нужду во враче, но больные»¹⁵.

Вникнем в смысл этой полемики.

¹⁵ Матф. 9; 11-12.

Мытарями назывались римские государственные служащие, ведавшие сбором налогов. Блюстители иудейских обычаев - фарисеи полагали, что всякое общение с ними оскверняет, а потому должно быть исключено. Причины такого требования разъясняются в дореволюционной Библейской Энциклопедии 1891 года, переизданной по благословению Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Алексия II в 1990 году:

« Мытарь - сборщик Римских податей и пошлин. Главные сборщики этих податей пользовались большим влиянием и доверием; но их помощники часто замечались в хищении и вымогательстве и считались притеснителями, грешниками и ворами, так что нередко иудеи не позволяли сим последним даже входить в храм или в синагоги и участвовать в общественных молитвах и богослужениях. Для сбора пошлин устраивались и содержимы были римлянами особенные дома, соответствовавшие некоторым образом нашим таможням. Главные сборщики, снявши права сбора податей на откуп, передавали права свои другим, а эти нанимали разных людей из низшего класса и им поручали сбор, вследствие чего возникали различные несправедливости, обманы и насилия. У евреев понятия - грешник, язычник и мытарь значили почти одно и то же. Во время Спасителя в Иудее было много мытарей»¹⁶.

Если бы Христос следовал требованиям фарисеев, он не общался бы с теми, кого мы сегодня именуем работниками налоговых служб - на том основании, что постоянное соприкосновение с презренным металлом навсегда осквернило их. Однако Христос беседует с ними за совместной трапезой. Едва ли мытари страдают физическими недугами: в этом случае их не наняли бы для исполнения ответственной службы.

¹⁶ Мытарь // Библейская энциклопедия. Издание Свято-Троице-Сергиевой Лавры. 1990. С.491.

Тем не менее, Христос говорит фарисеям, что он врачует мытарей. Они, мытари, потому и пришли беседовать с ним, что их души не знают покоя.

Вывод можно сделать только один: врачеванию подлежат души всех людей, совершенно не зависимо от того, богаты они или бедны, успешны или немощны.

* * *

Истинный христианин должен относиться к деньгам и иным признакам успеха в *этом* мире **безразлично**: царство Божье - не от мира сего. Христианские добродетели не связаны ни с богатством, ни с его отсутствием. Нет у тебя денег - не беда. Богатства, которые предлагаются тебе, значительно более ценны. Никакой вор у тебя их не украдет. Есть деньги - тоже неплохо. Их можно потратить на богоугодное, благое дело.

Деньги - не добро и не зло. Они вообще не считаются истинным христианином *существенной ценностью*. Поэтому никаких предпочтений в христианской любви ни бедные, ни богатые не заслуживают.

Так что настоящий врач, которого веками призывают подражать Христу, должен быть совершенно безразличным к тому, богат или беден его пациент, успешен он в жизни или неуспешен. Врач не должен держаться никакой идеологии. Он не должен призывать к обогащению, но и не должен ратовать за отъем богатств *этого* мира и за раздачу их бедным. Врач не может быть ни социалистом, ни консерватором. Подходя к больному, он должен напрочь забыть о своих политических взглядах - а еще лучше вообще не иметь их.

Именно такое мнение высказал в свое время А.И.Герцен, приводя следующий диалог:

« - Вы социалист?

- Я доктор медицины.

- Это не мешает.

- Мешает, и очень. Быть разом больным и врачом - дело плохое. Одилон Барро говорил, что закон не знает бога, а уж врач и подавно не должен иметь никакой религии, иначе он неодинаково будет относиться к больным».¹⁷

* * *

Психолог, действительно, во многом похож на врача. И, прежде всего, тем, что главная его задача - помогать людям жить. (Ничего исключительного в этой задаче, впрочем, нет. Точно такова же главная задача булочника, сапожника и юриста.) Помощь психолога - точно так же, как помощь врача - не может быть избирательной. Он не может отказывать в ней людям успешным, всецело сосредоточившись на заботе о немощных и неудачниках.

Истинный психолог живет по ту сторону успехов и неудач - или того, что принято считать ими. Его царство - тоже не от мира сего, если понимать под этим миром суетный и суетливый мир повседневности. Психолог занят *внутренним* миром человека, а не миром внешним. Он знает, что высшая ценность для человека - это душевный покой и согласие с самим собой.

* * *

Итак, первая причина того, что коучинг действительно возник не на том пути, по которому шла до сих пор психология и медицина - это особенности менталитета психологов и врачей. У них на протяжении многих веков сформировали совершенно иную «самоочевидную» установку, заставлявшую их считать серьезные проблемы успешных людей несерьезными. Вопреки тому, чего требовал от врачей А.И.

¹⁷ Герцен А.И. Доктор, умирающий и мертвые // Соч. в 9-ти т. . М., Государственное издательство художественной литературы, 1955-1958. Т.8. С. 523.

Герцен, они все же были - где-то в глубине души, в сфере уже-не-осознаваемого - именно *социалистами* - в том смысле, что всегда ставили превыше всего интересы слабых и немощных.

А потому ни психология, ни медицина просто не имели никакого опыта оказания помощи успешным людям. Именно по этой причине коучинг с его заботой о сильных и успешных людях возник в стороне от магистральной линии развития медицины и психологии. Именно по этой причине медики и психологи не открыли коучинга и по сей день относятся к нему с некоторым недоверием.

Но эта причина - не единственная. Есть еще и вторая, ничуть не менее важная.

1.3. Тело- источник душевных болезней?

Когда страдают люди немощные и убогие, их страдания видны невооруженным глазом. Весь их внешний вид просто *вопиет* о помощи. Жизненные неудачи не только отражаются на лице - они легко прочитываются по одежде, позам, манере держать себя. Люди немощные прекращают все попытки справиться со своими жизненными проблемами, опускают руки и покорно принимают удары судьбы. Они быстро привыкают демонстрировать свое бессилие, чтобы получить поддержку.

Жизненные принципы людей сильных не позволяют им опуститься до подобного поведения, откровенно расписываясь в своей немощи. Они прячут свои страдания от чужих глаз и никого не допускают к себе в душу. К врачам они обращаются в самых крайних случаях. Стоит только им предстать в образе неудачника, который не способен решить свои проблемы сам, как с карьерой делового человека

будет покончено навсегда. Никто не подпишет с ними ни одного договора и не даст кредита. Надо продолжать улыбаться - любой ценой.

Именно потому люди успешные стараются выглядеть успешными до последнего, всячески скрывая симптомы своих кризисов и недугов.

Отсюда - повышенные трудности в диагностике.

* * *

Помощь всегда оказывалась в первую очередь тому, кто ее просил. А из тех, кто просил, в первую очередь выбирался тот, у кого был наиболее бедственный вид. Возможно, именно по этой причине врачи - с тех пор, как возникла медицина - обращали первостепенное внимание на недуги телесные, которые сразу же бросались в глаза и немедленно вызывали импульс сострадания. Какие бы бури ни разыгрывались в душе человека, врач не отвлекался на их лечение до тех пор, пока они не получали внешнего, телесного выражения. Зато вид телесных повреждений немедленно заставлял его бросаться на помощь, засучив рукава.

Нет ничего удивительного, что медицина начала свое развитие как наука, основанная на наблюдениях - естественно, на наблюдениях за телом, поскольку душу наблюдать невозможно. Именно тело и стало первоочередным объектом внимания медиков. Это превратилось в самоочевидность, не требующую доказательств. Сосредоточив все свое внимание на теле, врачи стали видеть в нем первопричину всех недугов - в том числе и психических.

Разумеется, никаких наблюдений, которые однозначно доказывали бы эмпирически, что именно неполадки в теле вызывают душевные недуги, у врачей древности не было. Так что убеждение в этом вовсе не вытекало из опыта. Речь шла всего лишь о гипотезе, порожденной фантазией. Сплошь и рядом люди, достигшие успехов в одной области, пытаются распространить свои приемы и методы на

другие, полагая, что они нашли универсальный ключ к решению всех проблем. Немалые достижения в лечении соматических заболеваний заставили врачей полагать, что найденные ими эффективные приемы воздействия на тело можно применить и для лечения души.

* * *

Еще отец медицины Гиппократ полагал, что вся психическая жизнь человека зависит исключительно от обмена веществ в его теле - в частности, от нормального увлажнения мозга:

«Полезно также знать людям, что не из иного места возникают в нас удовольствия, радости, смех и шутки, как именно отсюда (от мозга), откуда также происходят печаль, тоска, скорбь и плач. И этой именно частью мы мыслим и разумеем, видим, слышим и распознаем постыдное и честное, худое и доброе, а также все приятное и неприятное, различая отчасти все это по устоявшемуся обычаю, а отчасти по той пользе, которую получаем. Эту же часть мы распознаем удовольствия и тягости, смотря по обстоятельствам, и не всегда нам бывает приятно одно и то же. От этой же самой части нашего тела мы и безумствуем, и сумасшествуем, и являются нам страхи и ужасы, одни ночью, другие днем, а также сновидения и заблуждения неуместные, заботы беспричинные; отсюда также происходит у нас незнание настоящих дел, неспособность и неопытность. И все это случается у нас от мозга, когда он нездоров и окажется теплее или холоднее, влажнее или суше своей природы или вообще когда он почувствует другое какое-нибудь страдание, несообразное со своей природой и обычным состоянием. Безумие случается у нас от влажности, ибо когда мозг влажнее, чем требует природа, то он по необходимости приходит в движение, и, когда волнуется, тогда по необходимости ни зрение, ни слух не находятся в спокойном состоянии, но иногда совсем иное видят и слышат, а язык произносит все то, что

больной каждый раз видит и слышит. <...> Но порча мозга происходит от слизи и желчи...».¹⁸

Столь наивный материализм - разделяемый, впрочем, и некоторыми нашими современниками, всецело уповающими на медикаментозные методы лечения психических заболеваний - напоминает нехитрые народные шутки типа такой: «Что-то ты сегодня грустный. Наверное, съел что-нибудь?» Чем, в принципе, отличается от этого суждения концепция Гиппократ, который полагал: если тело, живущее сообразно с природой, нормально увлажнит мозг, никаких отклонений в психике просто не возникнет? Будет достаточно в тебе слизи и желчи - не разовьются никакие пагубные сомнения и душевные терзания, «печаль, тоска, скорбь и плач». А проглотишь что-нибудь правильное, подходящее - будут сплошные «удовольствия, радости, смех и шутки».

* * *

Как-то авторам этих строк довелось прочесть статью, в которой проводилась весьма интересная аналогия.

Представим себе, что в некий современный город вступили племена дикарей. Жители его в панике бежали, позабыв выключить телевизоры. Любопытные дикари принялись изучать это невиданное и загадочное явление, пытаясь выяснить, откуда в телевизоре берутся передачи. Естественно, действовали они «методом тыка». Ткнув в одно место телевизора, они заметили, что пропал звук. Ткнув в другое место, они заметили, что пропал цвет. Ткнув в третье, они заметили, что пропала резкость изображения. И так далее.

Естественный вывод, который можно было сделать из наблюдений подобного рода, таков: именно то место, которое было

¹⁸ Гиппократ. О священной болезни. // Гиппократ. Этика и общая медицина. Санкт-Петербург, Азбука, 2001. . С. 286

повреждено при «тыке», и «отвечает» за звук (цвет, резкость, яркость, контрастность...) Звук возникает именно в том месте, повреждение которого влечет исчезновение звука. И так далее.

Рассуждая подобным образом, можно прийти к выводу, что все совокупное устройство телевизора и порождает передачи в нем.

Едва ли стоит доказывать, что на основе подобных эмпирических наблюдений крайне трудно прийти до представления о существовании телестудии.

Так что дикари, должно быть, до сих пор пребывают в уверенности, что передачи создаются при помощи телевизора. Возможно, они даже ищут то место в нем, воздействуя на которое, можно превратить грустные передачи в веселые.

Правы они только в одном: для нормального приема транслируемых передач телевизор должен быть исправен.

Но разве не той же эмпирической методой руководствовались медики, которые исследовали мозг? Наблюдения за последствиями ранений и инсультов позволили им связать определенные участки мозга с высшими функциями человека. Они обнаружили, что повреждение тех или иных зон связаны, к примеру, с нарушениями речи, мышления и памяти. В итоге и был сделан вывод о том, что мозг - это «орган мышления», что человек «мыслит при помощи мозга». А пламенные энтузиасты физиологии даже решились на утверждение, что мозг выделяет мысли точно так же, как печень выделяет желчь.

Но можно ли всерьез утверждать, что телевизор выделяет телепередачи?

* * *

Странно, но факт: средневековые священники, исходившие из совершенно иных представлений, чем врачи, были вполне согласны с ними в том, что именно тело является причиной душевных заболеваний.

Именно священникам приходилось, наряду с врачами, иметь дело с душевнобольными. На первых порах они считали, что душевные недуги объясняются вселением в человека бесов. С течением времени этих бесов стали различать - и они все более и более стали превращаться из чистых антропоморфных фантазий в олицетворения тех или иных психических заболеваний. Возможно, эта линия могла бы иметь неплохие эвристические перспективы и плавно привела бы от мистики к диагностике, если бы такой ход мысли не был подавлен другой исходной концепцией, точно так же не основанной ни на каком опыте - христианским тезисом о тотальной греховности плоти. Именно он и заставил священников отвести взгляд от внимательного исследования жизни души и искать причину психических заболеваний в пагубном влиянии тела на душу.

Фома Аквинский, теолог 13 века, учение которого было настолько авторитетным, что еще в 19 веке оно провозглашалось Ватиканом официальной философией католической церкви, полагал, само собой разумеется, что душу дал человеку Бог. Дальнейшие его рассуждения строились так.

Будучи существом совершенным, Бог, конечно же, не мог создать что-то несовершенное. Поэтому душа - совершенна. Стало быть, неполадок в ней быть не может и болеть она не должна. Так почему же тогда возникают душевные недуги?

Объяснить их можно только пагубным влиянием на душу чего-то внешнего, а именно - тела.

Но здесь святой Фома столкнулся с такой проблемой.

Нет такого человека, который не испытывал бы душевных страданий. И если объяснять их пагубным влиянием тела, то окажется, что весь телесный мир противостоит миру созданных Богом душ. Но ведь телесный мир тоже создан Богом!

Неужели же Бог вредит самому себе? Неужели Он портит свои же собственные творения?

Это допущение, конечно же, абсурдно.

С другой стороны, нельзя и объяснять все душевные недуги кознями дьявола. Если учесть распространенность этих недугов, включая психологические кризисы и просто легкую хандру - «грех уныния», придется допустить, что дьявол обладает чересчур большой силой. А признание силы дьявола сопоставимой с силой Бога представляло бы опасную и недопустимую ересь.

Так что требовалось дать такое объяснение, которое не подвергало бы сомнению всемогущество Бога, но, в то же время, раскрывало причины возникновения психических недугов у людей.

В поисках этого объяснения «ангельский доктор» Фома построил сложнейшую теологическую конструкцию, подобную пирамиде.

На самом верху ее находится Бог, сотворивший мир. Бог совершенен, но ни одно творение не получает от Него такой же степени совершенства.

Совершенство, по мнению Фомы, отличается абсолютной простотой. Именно таков Бог. Его можно представить себе в виде ослепительно яркого света. При творении мира этот свет устремляется вниз, постепенно теряя свою яркость, ясность и простоту, поскольку неоднократно преломляется.

На вершине пирамиды творений находятся ангелы - самые совершенные из всех существ, сотворенных Богом. Наилучшие из ангелов максимально просты. « ...Ангелов следует воспринимать настолько простыми, насколько только может быть простым творение. Очевидно, их простота не тотальна, ибо если бы ангелы были абсолютно

чисты от всякого состава, они были бы чистым актом - они были бы Богом.»¹⁹

Божественный свет преломляется в каждом из высших ангелов и, уже несколько рассеиваясь, доходит до низших. Низшие ангелы устроены еще сложнее, чем высшие - и свет, проходя сквозь них, рассеивается и тускнеет все более и более. «Каждый ангел получает от ангела, стоящего непосредственно выше него, умопостигаемый вид - первую фрагментацию божественного света - и передает это просветление дальше, притушив и раздробив его»²⁰.

Пройдя сквозь иерархический порядок ангелов, божественный свет достигает людей. Он становится светом в человеческой душе. Люди устроены еще сложнее, чем самые низшие ангелы, а потому значительно менее совершенны. Поэтому в душах людей божественный свет преломляется, рассеивается и тускнеет еще больше.

Совершеннее - и проще всех! - души самых праведных из людей. Пройдя сквозь них, свет достигает людей, которые еще более сложны и несовершенны. Их души все темнее и темнее. В самых несовершенных людях божественный свет едва брезжит сквозь мрак низменных, плотских желаний.

Таким образом, именно телесность людей препятствует «проницаемости» их божественным светом. Ангелы, по мнению Фомы Аквинского, нематериальны, хотя тоже не обладают идеальной проницаемостью для него. Но люди обременены телом, которое тем более «гасит» исходящий от Бога свет, чем больше человек уступает его диктату. Святые умерщвляют плоть - и благодаря этому имеют более

¹⁹ Жильсон Э. Философия в средние века: От истоков патристики до конца XIV века. М.: Республика, 2004. С.405

²⁰ Жильсон Э. Философия в средние века. С. 405.

простую, светлую и ясную душу. И наоборот: чем больше человек идет на поводу у плотских желаний, тем сложнее его душа, тем больше она раздирается противоречиями и внутренними конфликтами.

И все-таки божественного света даже в этой душе больше, чем в природе - в органическом и неорганическом мире. Здесь свет божественного творения уже еле различим. Именно потому так трудна наука, пытающаяся уловить его отсветы.

Таким образом, именно плоть с порождаемыми ею желаниями и представляет собой причину душевных недугов. Она обременяет душу человека, всячески гасит в ней божественный свет. Это порождает у человека страх - как бы плоть совсем не отделила его от Бога. «Повсюду человек должен был чувствовать, что его удаляют от Бога, а нередко - испытывать страх, как бы его совсем с Ним не разлучили»²¹.

* * *

Как видим, и материалисты из числа врачей, и идеалисты-теологи на протяжении многих веков парадоксальным образом сходились во мнении, что именно влияние тела вызывает психические недуги. (Разница состояла лишь в том, что материалисты-врачи полагали, что пагубное влияние на душу оказывает только ненормально функционирующее тело, а теологи держались убеждения, что душе, в принципе, вредит всякая плоть, обременяющая ее.)

Но если признавать, что именно тело человека вызывает болезни его души, то из этого следует только один вывод: **лечить психические недуги надо, воздействуя на тело.**

²¹ Там же. С. 408.

Это представление безраздельно господствовало в медицине вплоть до самого 20 века. У него, впрочем, есть множество сторонников и по сей день.

Естественно, перед медиками закономерно встал следующий вопрос: *на какую именно часть тела надо воздействовать, чтобы лечить психические недуги?*

И здесь они тоже долгое время пребывали в плену тех чисто умозрительных представлений, которые сложились в европейской культуре под влиянием философов и теологов.

Еще в 19 веке психиатры придерживались примерно таких же взглядов, которые отстаивал задолго до возникновения христианства древнегреческий мыслитель Платон (428 или 427 до н.э - 348 или 347). Он полагал, что человеческая душа имеет три уровня. Высший уровень души - разумный - он помещал в человеке на уровне головы. Средний уровень души - тот, в котором «гнездятся» высокие, благородные страсти - на уровне сердца. Наконец, самый низший уровень души, «ответственный» за низменные, плотские желания, Платон располагал «у пупка».

Нет ничего удивительного в том, что и представители новорожденной психиатрии решили, что для излечения человеческой души надо активно воздействовать именно на *нижнюю половину тела* - как наиболее греховную и особенно вредно воздействующую на душу. Так что на долю области, располагавшейся «у пупка», выпали особенно суровые испытания.

Вот как описывал методы **лечения души** в 19 веке доктор Кибальтиц - в статье “Известия о доме сумасшедших в Москве и о способах лечения, в нем употребляемых”:

“Если нужно неистовому сумасшедшему бросить кровь, в таком случае пробивается жила сильнее обыкновенного. За скорым и сильным

истечением крови вдруг следует обморок и больной падает на землю. Такое бросание крови имеет целью уменьшить сверхъестественные силы и произвести в человеке тишину. Сверх того прикладываются к вискам пиявицы, и если он в состоянии принимать внутрь лекарства, то после необходимых очищений подбрюшья, дается больному багровая наперстяночная трава с селитрой и камфорой, большое количество холодной воды с уксусом; также мочат ему водой голову и прикладывают к ногам крепкое горячительное средство. Все усыпительные лекарства почитаются весьма вредными в таком положении. При уменьшении той степени ярости, прикладывают на затылок и на руки пластыри, оттягивающие влажности. Если больной подвержен чрезмерно неистовым припадкам бешенства, то ему бросают кровь не только во время припадков, но и несколько раз повторяют, дабы предупредить возвращение бешенства, что обыкновенно случается при перемене времени года.

Что касается до беснующихся и задумчивых сумасшедших (*maniaques et hypochondriaques*), подверженных душевному унынию или мучимых страхом, отчаянием, привидениями и проч., то, как причина сих болезней существует, кажется, в подбрюшья и действует на умственные способности, то для пользования их употребляется следующее: рвотный винный камень, сернокислый поташ, ялаппа (рвотный камень), сладкая ртуть, дикий авран, сабур, слабительное по методе Кемпфика, камфорный раствор в винной кислоте, коего давать большими приемами, с приличными побочными составами. Белена, наружное натирание головы у подвздошной части рвотным винным камнем, приложение пиявиц к заднему проходу, нарывные пластыри

или другого рода оттягивающие лекарства производят в сем случае гораздо ощутительнейшее облегчение, нежели во время бешенства”²².

Здесь стоит добавить, что из 113 человек, которые содержались в Московском доллгаузе, впоследствии ставшем Преображенской больницей, 25 сидели на цепи²³. А русская психиатрия того времени вполне соответствовала по уровню зарубежной.

* * *

Переведем дух и зададимся следующими вопросами. Интересовался ли врач, который собирался лечить душу воздействием на тело, содержанием болезненных представлений и переживаний больного? Вникал ли он в то, что происходит в страдающей человеческой душе?

Ответ на оба вопроса придется дать отрицательный.

Нет, не интересовался и не вникал.

Врач начинал с того, что констатировал наступившее *неразумие* пациента - его *с-ума-сшествие*. Для этого ему вполне достаточно было зафиксировать, что человек говорит что-то *невразумительное*. Далее интересоваться содержанием этого болезненного бреда врач не считал нужным - он стремился как можно скорее избавить больного от психических страданий и спешил к нему со слабительным, рвотным и пиявками, скорейшее приложение которых к особенно вредоносному месту тела могло радикально помочь от меланхолии.

Никому из врачей на протяжении многих веков даже не приходило в голову выяснять, точно зафиксировать на бумаге, а затем внимательно анализировать, что же именно привиделось больному в бреде, какие именно посещали его галлюцинации и кошмары. Впрочем, врачей прошлого трудно осуждать за это. Ведь и по сей день люди

²² Цит. по : Каннабих Ю. История психиатрии. Москва, ЦТР МГП ВОС, 1994. С. 293-294.

²³ Ср. Каннабих Ю. История психиатрии. С. 295.

нормальные, слышав чьи-то неразумные речи, просто констатируют: « Это - бред». И считают излишним далее вникать в содержание этого бреда.

Врач стремился как можно быстрее помочь психически больному, а не тратить время на выслушивание его безумных речей. Он немедленно пускал в действие свои средства - как мы успели убедиться, достаточно сильные. Надо ли говорить, что после использования рвотного, кровопусканий и пиявок расспрашивать больного о содержании его болезненных представлений - даже если такое желание и возникло бы - было уже поздно? Болезненные переживания в душе больного уже вытеснились сильными ощущениями « в подбрюшье» - словом, « у пупка».

Таким образом, врач, который самым радикальным образом воздействовал на тело пациента - в намерении исцелить его душу, напрочь ликвидировал саму возможность вникнуть в тонкости его душевных переживаний. Здесь вполне уместна аналогия с принципом неопределенности Гейзенберга: чем лучше мы познаем тело и умеем эффективно воздействовать на происходящие в нем процессы, тем больше для нас закрывается перспектива постижения души. И наоборот: понимающее вникание в тонкие душевные переживания отвращает наш взгляд от соматических процессов. Чем точнее определяется один параметр, тем более расплывчатым становится другой.

Надо было выбирать предмет первостепенного внимания. И врачи выбрали тело. Это определило место медицины среди других наук и выбор ею методологии исследования.

* * *

Во второй половине 19 века немецкий историк культуры и философ Вильгельм Дильтей (1833-1911) провел четкую линию,

которая разделила науки на два лагеря. Одни из наук пользуются *методом объяснения*, суть которого заключается в поиске общего - при отбрасывании единичного, в выявлении единых законов, под которые подводятся все частные случаи. Объяснить - значит, подвести под общий закон, отвлекаясь от частных. Именно так действуют физика, химия, биология и другие «естественные науки».

Но, по мнению Дильтея, так не должны были действовать науки гуманитарные. Человек - не атом и не молекула. Он заслуживает иного обращения с собой при исследовании. Ценность его состоит именно в индивидуальности и неповторимости. Поэтому не просто неверно, но просто аморально и антигуманно сводить индивида к классу или группе, заявляя, подобно какому-нибудь р-р-революционному пролетарию: «Что с ним церемониться? Да он же буржуй (дворянин, кулак, интеллигент и т.п.) - все они, в сущности, одинаковы!» Так же неверно поступает историк, который подгоняет под одну схему исторического развития всё уникальное своеобразие жизни различных стран. Историческая наука просто деградирует и превращается в грубую идеологию, сводя все страны и все национальные культуры к одной и той же «объясняющей» схеме - к схеме общественно-экономических формаций.

Поэтому гуманитарные науки, по мнению Дильтея, должны использовать не метод объяснения, а *метод понимания*. Важнейшим и первостепенным для них должно стать постижение не общего, а различий, частных, уникальных индивидуальных черт. Разум неизбежно обобщает, создавая свои абстракции. Поэтому метод понимания, не отказывающийся от разума, должен использовать и вчувствование, вникание, так сказать, резонанс душ исследователя и исследуемого.

Медицина должна была выбирать, в каком лагере, по какую сторону границы ее место. Если она избирает «объясняющий» метод, то должна будет изучать *заболевания*, а не людей. Медики станут концентрировать свое внимания на общем, отбрасывая частности. Они будут исследовать, скажем, гипертонию (инфаркт, шизофрению ...), отвлекаясь при этом от индивидуальных особенностей тех людей, у которых эти заболевания проявляются. Крик медицинской сестры - «Язвенники, на процедуры!» - с предельной ясностью и простотой выражает суть объясняющего метода в медицине. Для нее уже нет различий между людьми, каждый из которых уникален и неповторим. Радикальное обобщение произведено: теперь все они - только *язвенники*.

При таком подходе идеалом науки для медиков неизбежно становится физика: медицина, подобно ей, начнет с наблюдаемого многообразия явлений, чтобы затем свести все это многообразие к нескольким закономерностям, которые даже можно выразить математически.

Если же медицина изберет иной метод - метод «понимания», то она станет лечить людей, а не болезни. Именно этот метод и использовали раньше семейные врачи - заболевание они рассматривали как всего лишь следствие уникального образа жизни своего пациента - неповторимого соединения его работы и семейной жизни, мыслей и переживаний. Для семейного врача пациент - вовсе не «язвенник» и не «гипертоник», каких тьма на свете, и даже не уникальный ходячий комплекс болезней. Для него пациент - это прежде всего человек, а заболевание - следствие его образа мыслей и чувствований. Болезнь - это *именно его* болезнь, превратившаяся в часть его образа жизни. (А потому двух одинаковых болезней - при полном совпадении диагнозов - не бывает).

* * *

Таким врачом по отношению к самому себе, использующим понимающий метод в медицине, попытался стать Фридрих Ницше (1844-1900). Он страдал целым комплексом заболеваний: здесь была и прогрессирующее ухудшение зрения, и мучительные спазмы в желудке, и приступы мигрени, который сопровождали непереносимую резь в глазах. Врачи, следовавшие «объясняющему методу», привычно выделили комплекс заболеваний и принялись лечить каждое из них по отдельности. И - без особых успехов.

Ф.Ницше смотрел на свои недуги иначе.

Он написал о них так:

«Ценность болезни. Человек, который болен и лежит в постели, приходит иногда к заключению, что обычно он болен своей службой, занятием или своим обществом и из-за этой болезни потерял всякую рассудительность в отношении самого себя; он приобретает эту мудрость благодаря досугу, к которому его принуждает его болезнь».²⁴

Ницше пришел к выводу, что болезнь - не зло, а благо, что она ценна и полезна для жизни, потому что она приходит, чтобы остановить человека, избравшего в жизни неверный путь. Если человек ошибается в выборе дела жизни, если он окружает себя не теми людьми, если он насилует таким образом свое тело и душу, то мать-природа посылает ему вначале предостережения в виде *недомоганий*. Если человек не внимает этим предостережениям или не может противостоять давлению общества, безжалостно навязывающего ему именно такой, *неподлинный* образ жизни, то природа посылает ему болезнь, властно укладывающую его в постель.

²⁴ Ницше Ф. Человеческое, слишком человеческое. Ч. Т.1.С. 392

Здесь, вырванный из круга привычных дел, человек имеет возможность поразмыслить - верно ли он живет?

До того, как болезнь уложила Ницше в постель в Сорренто, он был весьма успешным молодым человеком - или, по крайней мере, считался таковым. Он стал известнейшим филологом, которого избрали в профессора прямо из студентов, без защиты диссертаций, только на основании его статей. Все твердили ему, что классическая филология - изучение культуры античного мира - его *призвание*. Но болезнь властно сказала ему: это - не так. Болезнь требовала изменить всю жизнь, говоря - надо найти для этого силы, потому что завтра будет поздно:

«*Нетерпение* к себе охватило меня; я понял, что настала пора сознать *себя*. Сразу сделалось мне ясно до ужаса, как много времени было потрачено - как бесполезно, как произвольно было для моей задачи все мое существование филолога. Я стыдился этой *ложной* скромности... Десять лет за плечами, когда *питание* моего духа было совершенно приостановлено, когда я не научился ничему годному, когда я безумно многое забыл, корпя над хламом пыльной учености. Тщательно, с больными глазами пробираться среди античных стихотворцев - вот до чего я дошел! - С сожалением видел я себя вконец исхудавшим, вконец изголодавшимся: *реальностей* вовсе не было в моем знании, а "идеальности" ни черта не стоили! ... Тогда же я впервые угадал связь между избранной вопреки инстинкту деятельностью, так называемым "призванием", к которому я *менее всего* был призван, - и потребностью в заглушении чувства пустоты и

голода наркотическим искусством - например, вагнеровским искусством.»²⁵

Сам ли Ницше пришел к такому выводу - к необходимости изменить свою жизнь, загоняющую его в болезнь? Или, быть может, у него был свой собственный мастер коучинга, который подтолкнул его к такому решению? Возможно, таким мастером коучинга был Пауль Рэ - один из первых европейских психологов, стремившихся не к объяснению, а к *пониманию*. Но это - совсем другая история.

* * *

Попытки создать коучинг в 19 веке предпринимались - но дух времени не благоприятствовал им.

Девятнадцатый век, как и последовавший за ним двадцатый, были веками тотальной машинерии. Техника творила чудеса, и от нее ожидали чудес еще больших. От нее ожидали решения всех проблем человечества, ожидали обеспечения всеобщего счастья - и были готовы ради этого превратить общество, выражаясь словами безумного Сен-Симона, в одну большую фабрику.

Если общество должно было стать фабрикой, то люди представлялись на ней живыми машинами. Термин «технология» вышел за пределы конструкторских бюро и заводских цехов - и распространился на людей. Появились честолюбцы, которые жаждали управлять с помощью технологий людьми - так же, как машинами. Но тот, кто рассуждает сегодня о «новых образовательных технологиях», о «политических технологиях», представляя «социальным инженером», «инженером человеческих душ», непременно должен прочитать и *применить к себе самому* шутливые слова советского академика В.М. Глушкова - если он, конечно, вообще шутил, говоря эти вот слова:

²⁵ Черн. Т.2. С. 736.

« Человек - это сложный механизм, состоящий из 200 простейших машин и 10 в 27-й степени атомов. Во время движения он развивает мощность, равную 0,1 лошадиной силы. Если попытаться определить работоспособность всего организма, то придется констатировать, что это устройство с довольно низким КПД: «средний» человек в течение 8 часов выполняет работу, равную 280 тысячам килограммометров. Если оценить ее по тарифу за электроэнергию, то стоимость ее будет равняться... 4 копейкам. Такова примерная «математическая» картина человека»²⁶.

Одним словом, читатель вполне способен самостоятельно дать ответ на вопрос, по какую сторону от проведенной В.Дильтеем границы позиционировала себе в 19 веке медицина в «индустриальном обществе», какой метод она предпочла - «объясняющий» или «понимающий».

Но то - медицина, поглощенная исследованиями тела. А какую сторону избрала для себя психология?

Психологи оказались по обе стороны разделительной черты.

Одни по сей день продолжают искать технологии, позволяющие эффективно управлять мыслящей и чувствующей машиной - человеком, а в случае нужды - корректировать ее способности и деятельность.

Другие, оставшись в меньшинстве, избрали «понимающий метод». Именно они сегодня и стремятся развивать коучинг - как новую, высшую, *понимающую* психологию, единственно достойную человека.

²⁶ В.Г. Максимович. Беседы с академиком В.Глушковым. М., Молодая гвардия, 1978. Стр. 124-125.

Впрочем, на новое яркое название уже слетаются мотыльки, привычно ищущие и здесь каких-то универсальных технологий.

1.4. Первые шаги к коучингу: рождение понимающей психологии

Каким же образом медицина начала постепенно избавляться от «самоочевидного» убеждения в том, что можно врачевать душевные недуги, только воздействуя на тело? Как она обратилась к исследованию процессов, происходящих в душе, то есть породила современную психологию?

Тот, кто полагает, что Зигмунд Фрейд осуществил свой чудесный переворот без всякой подготовки, исключительно благодаря своим гениальным способностям, просто упускает из виду столь важное явление в истории медицины, которое представлял собой *венский терапевтический нигилизм*.

Еще в 18 веке австрийские медики придерживались весьма неординарных взглядов, которые могут показаться нашим современникам более чем странными. *Они полагали, что главное призвание врача - не лечить больного, а изучать природу, одним из многообразных проявлений которой является болезнь.* Врач - это, прежде всего, ученый-исследователь, занятый познанием природы. А уже потом, может быть, лекарь.

Тем, кто готов задохнуться от возмущения, прочитав такую формулировку, стоит напомнить мудрую русскую поговорку: «Не перегнешь - не выпрямишь». Причины возникновения «венского терапевтического нигилизма» нельзя понять, если не учитывать, что до его появления врачи *неотложно* приступали к лечению пациента, даже не поставив ему сколько-нибудь точного диагноза. Причем

способы их «лечения» были самыми радикальными: наибольшей популярностью среди них пользовалось кровопускание.

Венские врачи имели все основания заявить, что такие поспешные действия весьма вредны. Ведь если больного сразу же начинать лечить, да еще самыми драконовскими средствами, все симптомы болезни будут «смазаны» таким вмешательством. Это затруднит постановку диагноза и даже сделает ее невозможной. Прежде чем приступать к лечению, врач должен определить, от чего именно он лечит больного. Ему следует внимательно изучить симптомы болезни, чтобы затем, подобно ученому-естествоиспытателю, перейти от ее проявлений - симптомов - к определению сущности. Стало быть, никакого лечения вплоть до точной постановки диагноза предпринимать не следует. Больного надо сначала *наблюдать*, а уже потом лечить. Таково было кредо представителей «венского терапевтического нигилизма».

Основатель Первой Венской медицинской школы голландец Герард ван Свитен (1700-1772), приглашенный в 1745 году в Вену императрицей Марией Терезией, объявил войну немедленным и радикальным кровопусканиям, которые повсеместно устраивались врачами. Его последователи теоретически подкрепляли свою позицию ссылкой на авторитет Гиппократов, напоминая два его главных тезиса: «Природа лечит, врач помогает»; «Мудрость заключается в том, чтобы познавать все, сделанное природой». К болезни надо относиться с надлежащим уважением, поскольку она - одно из проявлений Природы. И сама же Природа должна справиться с болезнью - при помощи врача, знатока Природы.

Иногда стремление познавать природу болезни заходило очень далеко - вплоть до полного отрицания врачебных вмешательств. Голландский акушер Иоганн Лукас Бер (1751-1835), которого

император Иосиф II пригласил в Вену, совершенно отрицал *по пантеистическим соображениям* применение искусственных вспомогательных средств при родоразрешении, говоря: «Мы никогда не должны вести себя так, будто природа уже не может исполнять свою задачу рождения».²⁷ Это называлось «выжидательной терапией».

Блестящий знаток истории австрийской культуры и философии, ученый из Калифорнийского университета У.М.Джонсон, на исследования которого мы опираемся при описании венской медицины 18-19 веков, приводит потрясающую историю, характеризующую крайности «выжидательной терапии». В 1898 году О'Коннор сообщал: «Один врач, посещавший госпиталь, поведал мне, что наблюдал группу студентов, которые - все без исключения - выслушивали больную, как раз умиравшую в это время от воспаления легких или плеврита, чтобы каждый мог услышать предсмертные хрипы в легких. Она умерла раньше, чем группа покинула зал. Когда этот врач сделал профессору, преподававшему молодым людям, замечание, касающееся методов лечения в подобных случаях, он получил ответ : " Терапия, терапия...- это ничто. Мы хотим диагноза"».²⁸

На лекциях, читавшихся преподавателями медицинского факультета Венского университета, также говорилось только о постановке диагноза, и никогда - о терапии.

Подобная позиция может показаться более, чем странной современному врачу, который чувствует себя всемогущим обладателем целого арсенала лекарств и стремится продемонстрировать это свое могущество. Однако великий немецкий медик Рудольф Вирхов (1821-1902), иностранный член-корреспондент Петербургской Академии наук, без тени иронии говорил о Вене как медицинской

²⁷ Цит. по Johnston W.M. Oesterreichische Kultur- und Geistesgeschichte, S.231.

²⁸ Ibid., S.235.

Мекке. Действительно, австрийские медики добились очень многого, уповая на могущество исцеляющей Природы. Хирург Винценц фон Керн (1760-1829), главный представитель выжидательной терапии, во время своего профессорства в Вене с 1805 по 1829 год произвел целую революцию в лечении ран: он отказался от применения мазей и компрессов и стал применять неплотные, пропитанные водой повязки, чтобы *не изолировать рану от лечащей Природы*.

Другой известнейший австрийский врач, Карл фон Рокитянский (1804-1878), ставший в 1834 профессором в Вене, провел 85 000 вскрытий и превратил патологическую анатомию в точную дисциплину, которая позволяет окончательно уточнить диагноз, поставленный ранее с помощью наблюдений. Понятно, что при иной философской установке, не требующей постановки точного диагноза как главной задачи медицины, такое научное упорство было бы попросту невозможным. Йозеф Шкода (1805-1881) систематизировал результаты вскрытий Рокитянского и основал современную диагностику как науку. Он также продолжил разработку метода перкуссии, которая была впервые предложена в 1761 году в Вене Леопольдом фон Ауэрбрюггером (1722-1809).

* * *

Зигмунд Фрейд, штудировавший медицину в Вене, всего лишь перенес стратегию «терапевтического нигилизма» на сферу психических заболеваний. Его психоанализ представлял собой реализацию самых несбыточных мечтаний «терапевтических нигилистов» - *сколь угодно долгая постановка диагноза в психоанализе и представляла собой суть лечения*. Мечтания эти,

разумеется, нельзя было реализовать полностью при лечении заболеваний телесных. Скажем, от того, что хирург точно поставит диагноз и обстоятельно разъяснит его больному, язва или пневмоторакс не пройдут. Но при лечении недугов психических, по мнению Фрейда, все обстояло совершенно иным образом. Стоило больному с помощью врача хорошенько осознать причину своего психического недуга, как он, больной, наверняка сумеет самостоятельно совладать с ним.

Зигмунд Фрейд не сбивал симптомов заболевания никакими лекарствами или процедурами. Вместо этого он предлагал *talking cure* - «лечение принужденным разговором». Он исходил из того, что Природа сказывается себя в человеке, порождая его желания. Если культурные запреты не позволяли этим желаниям осуществиться, желания не исчезали, а вытеснялись в сферу подсознательного. Оттуда оскорбленная Природа пыталась достучаться до сознания человека на доступном ему языке, посылая ему депеши в виде снов. Сознание, скованное культурными запретами, всячески сопротивлялось тому, чтобы в нем открыто проявлялись «непристойные» желания. Поэтому депеши от подсознания получались искаженными или, точнее, сильно зашифрованными. Врачу-психоаналитику предстояло расшифровать их - и объяснить пациенту, чего, собственно, в нем, пациенте, хочет Природа.

З.Фрейд полагал, что сны, которые всегда считались *пустяками*, представляют собой попытки Природы сказать о себе - на доступном человеку языке образов. А потому все сновидения Фрейд требовал подробнейшим образом протоколировать, анализировать и расшифровывать.

Задача психоаналитика состояла в том, чтобы расшифровать содержание снов - этих посланий Природы. Вначале он, врач, должен

понять те желания, которые Природа порождает в человеке и которые остаются неудовлетворенными, вызывая психические недуги. Затем врач должен был объяснить пациенту, чего на самом деле хочет Природа в нем. В этом, собственно, и заключалась вся суть психоаналитического лечения. Этим оно, собственно, и заканчивалось.

* * *

Итак, именно З.Фрейд сделал первый шаг к разрушению сложившихся на протяжении веков стереотипных «самоочевидных» представлений. Он действовал с большой осторожностью: вначале допустил, что бессознательное представляет собой нечто среднее между телом и душой (сознанием), которые ранее резко противопоставлялись друг другу. Бессознательное представляло собой, по мнению Фрейда, нечто вроде голоса тела в человеческой душе. И этот голос тела всячески пытался докричаться до сознания, упорно не желавшего его слышать.

Тело, таким образом, продолжало оставаться главным фактором, порождающим душевные недуги. Но оно уже не выступало в роли демонического начала. Оно всего лишь хотело, чтобы его услышали и поняли - после чего было готово смириться перед сознанием.

* * *

Следующий шаг был сделан немецким психиатром Карлом Ясперсом. Отыскивая причины душевных недугов, он уже не удовлетворялся признанием опосредованного влияния тела на душу - через бессознательное. Он сделал дерзкое допущение: *душа вполне способна сама приводить себя в расстройство. И больше того: приведя в расстройство себя, душа затем приводит в расстройство и тело.*

Еще в студенческие годы К. Ясперс написал работу о ностальгии, убедительно доказав в ней, что тоска по родине - то есть феномен чисто психический и никак с биологией не связанный - способен

вызывать не только психические расстройства, но и тяжелые соматические заболевания. Молодой ученый собрал множество свидетельств тому, которые и ранее неоднократно приводились врачами, но которые их коллеги упорно не желали принимать во внимание, пребывая в плену самоочевидности «Только тело может вызывать душевные недуги».

Карл Ясперс обнаружил, что еще в 1774 году врач Й.Б.Циммерман посвятил ностальгии обстоятельное исследование, в котором он описал многочисленные случаи заболевания ею у солдат из Бургундии, у шотландцев, а также у насильственно мобилизуемых солдат из Англии, которые отправлялись служить в другие страны. Тысячи из них умерли от ностальгии на чужбине. Однако внезапное возвращение в родные места и даже одно только известие о предстоящем возвращении быстро избавляло от психогенных соматических заболеваний.

К.Ясперс привел весьма характерный случай, описываемый Й.Б.Циммерманом. Под влиянием тоски по родине студент из Берна, изучавший медицину в Геттингене, стал испытывать сильные боли в области сердца. У него возник панический страх: он опасался, что от любого физического усилия может произойти разрыв аорты. Дело кончилось тем, что несчастный студент совершенно перестал выходить из дому, чтобы не спускаться и не подниматься по лестнице. Он хирел и угасал на глазах. Но тут ему принесли письмо: отец срочно требовал оставить учебу и вернуться домой. Все телесные недомогания у студента словно рукой сняло: в тот же день он обежал весь город, чтобы попрощаться с друзьями и знакомыми. Здоровье полностью вернулось к нему²⁹.

²⁹ Ср.: Ясперс К. Ностальгия и преступления. С.15.

Подобный же случай описывался в 1855 году немецким исследователем Майером, которому его учитель, врач Маркус, демонстрировал шестнадцатилетнего парня из деревни в Шварцвальде. Этот здоровяк приехал учиться ремеслу в Вюрцбург, но после четырех недель пребывания там заболел ностальгией.

“ Он был так опасно болен, что из-за нервной лихорадки его доставили в больницу. Несколько дней перед поступлением в больницу он ничего не ел, чувствовал ломоту в суставах, вынужден был лежать, жаловался на головные боли. Теперь больной казался очень слабым, лежал без движения на спине с открытыми глазами и ртом, отвечал только на повторный вопрос и очень отрывочно. Он не просил ни еды, ни питья, и ел только тогда, когда ему подносили ложку к губам. Объективные симптомы были менее тревожными, голова не была слишком горячей, небольшой мягкий пульс - нормальной частоты. После различных дебатов врачи сошлись во мнении - рассматривать симптомы как умеренные предвестники тифа. Некоторые уже предлагали методы купирования, когда неожиданно Маркус с улыбкой похлопал больного по щеке и энергично заговорил с ним: “Паренек, если ты соизволишь хорошенько поесть и выпить бокал вина, завтра повозка же доставит тебя домой”. Когда в полдень я вошел в зал, тифозный больной весело прогуливался, опустошил свой бокал и съел немалую порцию еды, но еще... чувствовал голод”³⁰.

Врач Наполеона I Ларрей опубликовал в 1821 году исследование о ностальгии, основанное на анализе огромного фактического материала. Во время долгих военных походов императорской армии - в особенности, во время похода в Россию в 1812 году - он наблюдал не

³⁰ Там же. С. 28.

отдельные случаи, а целые «эпидемии» ностальгии. Причем заболевание развивалось у всех по одной и той же схеме:

“ Ларрей утверждает, что как у всех сумасшедших, так и у больных тоской по родине появлялись отклонения от норм сначала психических функций, затем функций чувств и произвольных движений. На пике психического помешательства больные видят на чужбине восхитительные картины родины, какими бы суровыми они на самом деле ни были. По их высказываниям, их родные и друзья предстают в богатых платьях и с самыми приветливыми выражениями лиц. Болезнь протекает в три стадии: первая - возбуждение, повышение тепла в голове, учащенный пульс, беспорядочные движения, покраснение конъюнктивы, блуждающий взгляд, торопливый и небрежный разговор, зевание, вздохи, запор, опоясывающая боль; вторая - тяжесть и чувство гнета во всех органах, желудок и диафрагма испытывают определенную слабость, общий упадок сил, печаль, стоны, слезотечение, отвращение к продуктам питания и чистой воде, постепенное угасание жизненной силы или самоубийство. Таким образом Ларрей видел при отступлении из Москвы кончину большого числа своих спутников. В результате вскрытия он обнаружил: поверхность мозга, мягкая и паутинная оболочки мозга воспалены, покрыты гноем, мозговая субстанция отекла и тверже, чем обычно. Артерии заполнены черной жидкой кровью. В качестве вторичных признаков он рассматривает переполнение легких, расширение сердца, растяжение желудочно-кишечного тракта газом и покраснение слизистой. В той же работе он описывает некоторые ранения головы и находит сходство между их последствиями и болезнью тоски по родине”³¹.

* * *

³¹ Ясперс К. Ностальгия и преступления. С. 17-18.

Выводы, к которым К.Ясперс подвел своих читателей (хотя из свойственной ему осторожности и не стал формулировать их со всей определенностью), были такими.

1. Душа человека может страдать по причинам, которые кроются только в ней самой. Изучение ностальгии убедительно показывает, что эти причины нельзя свести ни к пагубному влиянию окружающей среды, ни к соматическим расстройствам, ни к подавлению бессознательных влечений.
2. Сильные душевные страдания способны вызывать тяжелые соматические расстройства. Так что человек вполне может заболеть и даже умереть от нематериальных причин - «от мыслей и переживаний».
3. Душевные недуги вроде ностальгии можно лечить психологическим воздействием, не прибегая к медикаментозным средствам и к каким-то манипуляциям. Если связанные с этими недугами соматические расстройства не зашли слишком далеко, они тоже могут быть излечены психологическим воздействием на пациента.

Можно ли было реализовать на практике эти представления в психиатрической клинике Гейдельбергского университета, куда К.Ясперс пришел работать ассистентом-волонтером прямо со студенческой скамьи?

Идейным наставником врачей этой клиники был Эмиль Крепелин, который в 1891 году приехал из Дерпта и возглавил Гейдельбергскую клинику. С его именем была связана целая эпоха в психиатрии, которая надолго приняла его ключевой принцип: душевная болезнь есть

“закономерный биологический процесс, разделяющийся на несколько видов, имеющих каждый определенную этиологию, характерные физические и психические признаки, типическое течение, патолого-анатомическую основу и тесно связанный с самой сущностью процесса заранее predetermined исход”³².

Коллеги Ясперса уже понимали ограниченность тезиса Гринингера «Психические болезни есть болезни головного мозга». Им более импонировал тезис, сформулированный психиатром Шюле: «Психические болезни есть болезни личности». Мыслит и чувствует - как нормальным, так и аномальным образом - вовсе не мозг. *Мыслит и чувствует человеческая личность.*

Но психиатры Гейдельберга перестали бы признавать себя врачами, если бы сразу же приняли этот тезис без всяких оговорок. Они заняли более гибкую позицию. Некоторые изменения в человеческой психике они стали связывать с жизнью личности, а некоторые - с патологическими изменениями в теле, имеющими биохимическую этиологию.

“Было принято различать биографические процессы как процессы развития личности, которая претерпевает постоянные изменения, переходя от одной жизненной фазы к другой, и процессы, в результате которых происходит насильственный перелом, ведущий к радикальному перерождению человека, - перелом, вызванный причинами, которые неизвестны, но которые предполагаются органическими”³³. Таким образом, жизнь человека как уникальной личности стала понемногу попадать в поле зрения психиатрии.

К.Ясперс стремился всемерно ускорить этот процесс.Его публикации и устные выступления, посвященные методологическим

³² Цит. по : Каннабих Ю. В. История психиатрии. С. 422.

³³ Ясперс К. Философская автобиография. С.32.

проблемам психиатрической науки, были замечены коллегами. В 1911 году его учитель Вильманс и издатель Шпрингер предложили ему написать “Общую психопатологию”. Этот теоретико-методологический труд вышел в 1913 году. Для краткого изложения его основной идеи предоставим слово специалисту-врачу, русской современнице К.Ясперса:

“ За вычетом органических болезней мозга, инфекционных и интоксикационных психозов, он делит все психические расстройства на два больших отдела, соответственно их клиническому течению и биологической сущности. С одной стороны, *болезненные процессы*, отличающиеся определенным течением и всегда ведущие к некоторому изменению личности (при чем часто обнаруживаются шизофренические черты), с другой стороны - *фазы*, в которые временами вступает личность, выражая этим свое врожденное предрасположение (здесь существенные изменения личности наблюдаются сравнительно редко, шизофренические черты отсутствуют). К явлениям первого рода, - говорит К.Ясперс, - мы подходим с логическими критериями *объяснения*, объективного обнаружения связи, зависимости, закономерности, то есть по чисто натуралистическому принципу причинности. Так подходим мы, например, к симптоматологии белой горячки и прогрессивного паралича. Совершенно иначе относимся мы к явлениям второго рода, к *фазам*: здесь сочетание симптомов является для нас *понятным*, как, например: при истерии, при реактивной депрессии, даже при некоторых случаях паранойи. Такое различие причинных и понятных связей (*kausale und verstaendliche Zusammenhaenge*) является одной из основных идей Ясперса, оказавшего вообще сильное влияние на германскую психиатрию. Он полагал, что необходимо систематически исследовать такие субъективно- понятные сочетания и путем “вживания” и “вчувствования” в слова, мимику и поступки больного

научиться представлять себе интуитивно, как бы созерцать непосредственно его “душу”. Опираясь на знаменитого философа Гуссерля, Ясперс ввел в психопатологию понятие о феноменологическом изучении психики и вместе с этим, разумеется, резко выраженную струю чистого психологизма”³⁴.

К.Ясперс напряженно искал новые методы психиатрического исследования, обнаруживая поистине университетскую широту кругозора. “ Как мне представлялось, суть дела с психиатрическими заболеваниями состояла в следующем. Предмет психиатрии - человек, а не только его тело; даже, можно сказать, менее всего его тело, скорее его душа, его личность, он сам... Тем, чем приходилось заниматься нам, занимаются и гуманитарные науки. У них те же самые понятия, только не в пример более тонкие, развитые, ясные. Когда мы однажды протоколировали словесные выражения больных в состоянии помешательства и в состоянии параноидального бреда, я сказал Нислю: “ Нам следует поучиться у филологов”. Я оглядывался по сторонам - а что, к примеру, смогут нам дать философия и психология?”³⁵

Чему же надо было поучиться у филологов?

Не только точности выражений и умению передавать в слове тончайшие движения человеческой души. У мастеров художественного слова нужно было поучиться умению «вчувствоваться» в душу Другого, умению проникаться ее проблемами, умению становиться другим, оставаясь собой. Если душа - как это было убедительно описано Ясперсом в случае с ностальгией - способна влиять на жизнь тела и вызывать в ней болезненные изменения, то уже нельзя было, в свою очередь, объяснять происходящее в душе влиянием тела. Получился бы порочный круг.

³⁴ Каннабих Ю. История психиатрии. С. 471-472.

³⁵ Ясперс К. Философская автобиография. С.34.

Стало быть, психиатру и психологу надо было научиться вникать в то, что происходит в самой душе. К.Ясперс просил своих больных подробнейшим образом описывать свои болезненные душевные переживания - с максимально возможной точностью, так, чтобы при повторении их можно было уверенно опознать. Но больным не хватало слов, не хватало умения выражать на своем убогом языке собственные переживания. А врачам тоже не хватало слов, чтобы выразить то, что им удалось постичь благодаря «вчувствованию» в жизнь страдающей души.

Выход был один - «учиться у филологов». Говоря точнее, следовало обратиться к художественной литературе, к поэзии и прозе. Художники слова тоже испытывали переживали болезненные состояния души. Но, в отличие от косноязычных пациентов, умели предельно точно выражать их в слове.

* * *

Так и наметился великий поворот психиатров и психологов к художественной литературе, а также к философии и теологии. Разумеется, это был особый интерес - *клинический*. Врачеватели психики вовсе не интересовались сюжетом, изяществом художественной формы или иными чисто литературными достоинствами произведений. Они пытались найти тот язык, которым можно говорить о катаклизмах в человеческой душе. Читая литературное, философское или теологическое произведение, они пытались поставить диагноз автору, пользуясь совершенством описания состояний души, которые он дает. Им был важен *анамнез*, то есть *припоминание лично пережитых психических состояний* - *тем, кто сам испытал душевный кризис*. Именно как такой «анамнезис» психиатры и психологи рассматривали поэтические и прозаические произведения. Они отлично знали, что устами всех своих героев великий писатель говорит прежде всего о себе

- о том, что было пережито им. В так называемой лирической поэзии это прослеживалось еще легче. Но следы собственных душевных переживаний - правда, ценой больших усилий! - всегда можно найти даже в произведениях философов и теологов.

Великие психологи 20 века стали великими потому, что они поднялись на плечи гигантов. Они знали, что описания жизни души до сих пор давались вовсе не во врачебных кабинетах - и не постеснялись использовать это знание. О том, как много дали им поэзия и проза, философия и теология, можно судить по уже цитировавшемуся нами труду К.Г.Юнга «Психологические типы»: *девять (!)* глав из одиннадцати посвящены тому, как представлены психологические типы в богословских учениях гностиков, Тертуллиана, Оригена, Абеяра, Лютера, Цвингли, в произведениях великих художников слова - Шиллера, Гете, в работах философов Ницше и Джемса, а также других исследователей, которых Юнг считает своими предшественниками. И лишь *две* последние главы посвящены изложению его собственной психологической типологии.

Анализ литературных, философских и теологических произведений не только дает психологу возможность получить ценнейший материал для исследования - мастерские описания тончайших нюансов переживаемого на точном и выразительном языке, в словах, найденных ценою творческих мук талантливейших людей.

Такой анализ дает и нечто другое, ничуть не менее ценное - *«великое освобождение из больничной атмосферы, созданной прежним психоанализом»*. Именно так оценил значимость психологических экскурсов К.Г.Юнга в литературу, теологию и философию немецкий романист и эссеист Оскар Шмиц, добавив к этому: « Он поступает с

прибегающими к нему так же, как поступали познаватели в прежние времена, например Пифагор или Сократ»³⁶.

Выделив эти замечания О.Шмица, редактор русского издания «Психологических типов» 1929 года Э.Метнер указал на крайне важное обстоятельство - на *существенное изменение самого характера психологической беседы*.

З.Фрейд, которого К.Г. Юнг считал своим наставником, усматривал суть психоанализа в «лечении непринужденной беседой» (talking cure), построенной на свободных ассоциациях. Но может ли быть действительно свободной и непринужденной беседа в кабинете врача? Здесь человек чувствует себя *пациентом*, а вовсе не раскованным собеседником. Его гнетет и сковывает то, что, обратившись к врачу (пусть не к психиатру, а всего лишь к психоаналитику), он, по сути, признал себя больным. А болезнь - в соответствии с «самоочевидными» расхожими представлениями - это аномалия, отклонение от нормы. Нет, право, невозможно раскованно вести беседу, сознавая себя «ненормальным», подлежащим лечению.

Такого тягостного ощущения вовсе не было у собеседников Пифагора и Сократа. Его не бывает и у тех, кто собрался «всего лишь» обсудить литературные, теологические и философские произведения. Здесь нет пациентов и врачей, «нормальных» и «ненормальных».

Если смотреть на художественную литературу и общение вокруг нее глазами психолога или врача, то произведения поэзии и прозы всегда представляли собой легализованный в обществе способ обнародования своих психологических проблем, своего рода светскую исповедь - но без последующего признания тебя грешником или пациентом, подлежащим лечению. Изложи художник свои сложные и

³⁶ Цит. по: Юнг К Психологические типы. СПб, Ювента, М. Издательская фирма «Прогресс-Универс», 1992. С.14 .

мучительные переживания от первого лица, он, несомненно, подвергся бы опасности радикального лечения от меланхолии при помощи пиявок или иных эффективных средств. Но поэта, как наставляют нас литературоведы, не следует путать с его лирическим героем. Это вовсе не Сергей Есенин самолично обнимал березку, словно чужую жену. Это был всего лишь некий абстрактный лирический герой, найти и подвергнуть лечению которого невозможно. Точно так же прозаик приписывает собственные переживания героям своих произведений, используя эти маски для обретения полной раскованности, и только в редких случаях откровенно признается: «Мадам Бовари - это я!»

Для художника слова его произведение - это способ безнаказанной исповеди. А для читателя? Для читателя - это форма мощной психологической поддержки.

Во-первых, не будь художественной литературы, человек считал бы себя необыкновенно одиноким в своих психических страданиях. А именно это чувство переносится человеком труднее всего. Ему казалось бы, что он один такой - «ненормальный» среди нормальных людей. И громадным облегчением для него оказывается то, что подобные кризисы и потрясения испытывают другие.

Поэт, который пишет о страданиях неразделенной любви, не просто обнародует свои собственные переживания. Он, во-первых, превращает их в нечто *общечеловеческое*. Во-вторых, он пишет о них легко и изящно, в рифму. Стало быть, полагает бесхитростный читатель, поэту уже удалось пережить то, что представляется мне невыносимым. Ведь «складно» описать чудовищные муки и испепеляющие страсти можно только тогда, когда ты уже способен настолько отстраниться от них, что можешь подумать о художественной форме изложения, о композиции стиха, о рифмах и тому подобном.

Стало быть, если со всем этим совладал поэт, то совладаю и я, читатель.

Коучинг изначально не имел и не должен иметь ничего общего с «больничной атмосферой, созданной прежним психоанализом». Его атмосфера гораздо ближе к легкой атмосфере театра или литературной гостиной. Именно она, эта легкая атмосфера, и позволяет успешно справляться с тяжкими проблемами кризиса середины жизни.

Глава 2. Коучинг до коучинга: литературная диагностика кризиса середины жизни

2.1 Синдром кризиса середины жизни: острая индивидуальная тоска на фоне общепризнанных успехов

Если рассудить логически, то у человека просто не должно быть более счастливого времени, чем десятилетие между тридцатью и сорока.

Конечно, успехи он знал и раньше - в школе и в университете. Но это были *успехи учебные*. Тогда человек всего лишь учился жить, но еще не жил по-настоящему, неся ответственность за себя и за других.

Опекавшие его взрослые играли с ним в специальные педагогические игры. Их цель состояла в том, чтобы приучить к мысли: упорный труд непременно приводит к успеху, а лень - к неудаче. Поначалу, в школе, в успех и неуспех играли совсем уж понарошку, используя только моральные стимулы: за «пятерки» хвалили, за «двойки» - отчитывали. В университете стали вводить стимулы материальные - в гомеопатических дозах. Но все равно это были успехи игрушечные. Ведь никто и никогда не рассматривал стипендию как способ заработать на жизнь.

И в первые годы самостоятельной работы о настоящем успехе говорить было еще рано. Недавний выпускник еще долго оставался учеником. Он всегда действовал под опекой мастера. Успехом для него оказывалось всего лишь повторение того, что этот мастер умел давно - и гораздо лучше. Старшие всегда ожидали от неопита ошибки, пребывая в постоянной готовности поправить и переделать. Отвечали за все по-прежнему они. Но, напуская на себя строгость и отчитывая за ошибки, они только усмехались в душе, вспоминая свои молодые годы.

Игра в успех заканчивается только годам к тридцати, когда человек уже настолько осваивался в избранном деле, что начинает считать, что не уступает мастерам. А кое в чем даже и превосходит их.

Казалось бы, что за счастливые времена!

В самом деле: за порогом тридцатилетия человек уже сам чувствует себя мастером. Он, стало быть, хозяин своей жизни. Он сможет найти применение своим способностям в любом месте, так что уже ни от кого полностью не зависит. Мастерство дает человеку свободу. Может, мастера старшего и среднего поколения и умеют что-то такое, чего не умеет мастер молодой. Но зато у них уже нет энергии и задора. Им приходится экономить силы. А потому они не ищут ничего нового, довольствуясь рутинной - тем, что было удачно найдено однажды и теперь только повторяется. Значит, у молодого тридцатилетнего человека есть блестящие перспективы для состязания с ними. Причем стимулов для роста предостаточно и помимо молодого честолюбия - ведь это как раз то время, когда надо обеспечивать семью, заводить и обустраивать свой дом.

Идеальное, казалось бы, время...Отчего бы не чувствовать в эту пору безграничное счастье?

Но...

Как же тогда объяснить те тяжкие душевные кризисы, которые во все времена подстерегали людей именно за порогом тридцатилетия?

* * *

В 534 году до нашей эры, в возрасте *двадцати девяти* лет, оставил семью сын выборного царя-раджи Сиддхартха Гаутама: «Бросив последний взгляд на спящую Яшодхару и сына Рахулу, он однажды ночью покинул родительский дом, снял перед городом свои дорогие

одежды и знаки сословия, отрезал волосы и стал, как многие другие, бездомным»³⁷.

До этого сих пор жизнь принца Гаутама была счастливой и безмятежной. Окруженный избранной аристократической молодежью, он проводил время в наслаждениях. Был ли принц Гаутама человеком успешным? Конечно! Ведь жизненный успех в те давние времена был предопределен происхождением. А что, спрашивается, может быть выше, чем положение принца - пусть даже и в маленьком государстве?

Но Гаутама оставил определенную ему от рождения счастливую и безмятежную жизнь - чтобы стать в новой жизни Буддой.

* * *

Как со свойственной ему научной точностью определил французский позитивист Э.Ренан, член Французской и Португальской Академий наук, а также член-корреспондент Петербургской Академии, Иисусу было около *тридцати трех* лет³⁸, когда он решил круто изменить свою жизнь. Иисус перестал плотничать, оставил овдовевшую мать и отправился из Галилеи креститься к Иоанну. Затем он удалился в пустыню, чтобы подготовить себя к совершенно новой жизни, в которой стал Христом.

Можно ли понимать этот поступок всего лишь как попытку уйти от неудачливой жизни простого плотника?

Разумеется, нет.

³⁷ Улиг Г. Будда. Ростов-на-Дону: «Феникс», 1998. С.14

³⁸ В Евангелии от Матфея сообщается, что «Иисус родился в Вифлееме Иудейском во дни царя Ирода»³⁸, а царь Ирод умер в первой половине 750 года эры города Рима, что соответствует *4 г. до н.э.* Э.Ренан пишет об Иисусе: « Год его рождения с точностью неизвестен. Он родился в царствование Августа... то есть за несколько лет до 1 года эры, которую все цивилизованные народы исчисляют с предполагаемого дня его рождения». (Ренан Э. Жизнь Иисуса. Апостолы. Мн.: Беларусь, 1991. С.26.) Иоанн Креститель был взят под стражу, по подсчетам Э.Ренана, приблизительно в 29 году н.э. Таким образом, Иисусу в момент крещения было около 33 лет. Общепринятая дата рождения Христа и начала «нашей эры» была высчитана в VI веке Дионисием Малым, опиравшимся на некоторые гипотетические допущения.

Даже если бы Иисус был всего лишь плотником, у него не было бы никаких оснований считать себя обделенным жизнью. Ведь он, как то и было положено, занимался ремеслом своего отца, продолжая семейное дело. Но, как доказало дальнейшее развитие событий, Иисус всего лишь плотником вовсе не был. В спорах с фарисеями и книжниками он обнаружил глубокую компетентность в богословских вопросах. Стало быть, он еще до ухода из дома готовил себя к духовной деятельности, хотя в школах книжников и не обучался.

О познаниях Иисуса Э.Ренан пишет так:

« Чтение книг Ветхого завета произвело на него сильное впечатление. <...> Истинная библейская поэзия, ускользавшая от наивных иерусалимских толкователей, была во всей полноте открыта его дивному гению. <...> Истинными его учителями сделались пророки, в особенности Исайя и его продолжатели...Без сомнения, он читал также и многие апокрифические сочинения...Особенно его поразила книга Даниила.»³⁹

Сочетание таких познаний с занятиями плотницким делом вовсе не представляло собой какого-то исключения. «Это положение не было ни унижительным, ни неприятным. Еврейский обычай требовал, чтобы человек, посвятивший себя умственному труду, знал какое-либо ремесло. Самые знаменитые из учителей были ремесленниками, например Святой Павел, получивший тщательное воспитание (у известного богослова Гамалиила - А.П. и И.К.), делал палатки или ткал ковры»⁴⁰.

Так что до крутого жизненного поворота Иисус всего лишь жил, как и было принято жить - именно так, как полагалось. Он унаследовал от отца ремесло - и наверняка достиг немалого мастерства в

³⁹ Ренан Э. Жизнь Иисуса. С.32-33.

⁴⁰ Ренан Э. Жизнь Иисуса. С.48-49.

плотником деле к двадцати девяти годам. Кроме того, он читал книги и участвовал в богословских спорах - и тоже достиг в этом немалых успехов. Ведь не взялось же ниоткуда его искусство полемики, позволявшее ему посрамлять фарисеев и книжников.

Так что жизнь Иисуса, предшествовавшая уходу из дома, могла считаться вполне успешной.

Почему же Иисус от нее отказался?

* * *

В *тридцать два года* Мартин Лютер получил под свое начало одиннадцать монастырей и фактически стал приором, то есть первым священником Саксонии. Бесспорный жизненный успех! И, как выражаются на своем сленге нынешние эксперты по менеджменту, прекрасная стартовая позиция для дальнейшей работы в системе.

Почему же всего через два года после такого успеха он опубликовал свои «Тезисы», положив, тем самым, начало протестантизму в Германии - то есть начал рушить до основания всю систему папистской церкви, в которой доньше трудился?

Откуда у тридцатилетних людей это стремление - зачеркнуть бы всю жизнь и сначала начать? Откуда такая тоска от успеха и благополучия?

* * *

Вот еще пример, на этот раз - отечественный: история князя Касатского, поведенная великим психологом Львом Толстым.

« В Петербурге в сороковых годах случилось удивившее всех событие: красавец, князь, командир лейб-эскадрона кирасирского полка, которому все предсказывали и флигель-адъютантство и блестящую карьеру при императоре Николае I, за месяц до свадьбы с красавицей фрейлиной, пользовавшейся особой милостью императрицы, подал в отставку, разорвал свою связь с невестой, отдал

небольшое имение свое сестре и уехал в монастырь, с намерением поступить в него монахом. Событие казалось необыкновенным и необъяснимым для людей, не знавших внутренних причин его; для самого же князя Степана Касатского все это сделалось так естественно, что он не мог и представить себе, как бы он мог поступить иначе»⁴¹.

Дело было вовсе не только в том, что его возлюбленная невеста оказалась любовницей государя. Сестра Степана Касатского, «такая же гордая и честолюбивая, как и брат», понимала, « что он стал монахом, чтобы стать выше тех, которые хотели показать ему, что они стоят выше его». Она понимала, что, «поступая в монахи, он показывал, что презирает все то, что казалось столь важным другим и ему самому в то время, как он служил, и становился на новую такую высоту, с которой он мог сверху вниз смотреть на тех людей, которым он прежде завидовал»⁴².

Когда Л.Н Толстой пояснял смысл повести «Отец Сергей» В.Г. Черткову, он писал: « Борьба с похотью тут эпизод или скорее одна ступень; главная борьба с другим - со славой людской»⁴³.

Князю Степану Касатскому стала ненавистна своя собственная слава среди людей. И вообще вся и всяческая слава, которая только существует в мире.

* * *

Читатель может сказать, что все приведенные нами примеры связаны с выбором религиозным: люди порывали с суетным миром и уходили на поиски новой веры. Да, мы намеренно выбрали их - как наиболее яркие и говорящие сами за себя: здесь не требуется

⁴¹ Толстой Л.Н. Отец Сергей // Собр. соч. в 12 т. М., Государственное издательство художественной литературы, 1959. Т.12. С.52.

⁴² Толстой Л.Н. Отец Сергей. С. 58.

⁴³ См. Толстой Л.Н. Собр. соч в 12 т. Т.12. С. 507.

доказательств того, что происходит самый радикальный разрыв с прежней жизнью и окружением. Он просто бросается в глаза.

Однако желание круто изменить свою жизнь испытывали вовсе не только те люди, которые впоследствии порвали с миром. Просто у других кризис середины жизни находил менее явное и однозначное выражение. Они не оставляли мира, но совершали в нем самые неожиданные поступки. Одни бросали хорошо налаженное ими дело, приносящее немалый доход, и круто меняли не просто профессию, а род деятельности вообще, предвидя, что придется жить в нищете. Другие порывали с семьей, оставляли дом, вызывавший зависть других, и пытались начать все сначала. Третьи не решались даже на такие, менее радикальные шаги. Они продолжали жить по инерции, мучаясь от разлада с собой. Они по-прежнему делали дела, вызывавшие у них острую тоску, общались с людьми, совершенно чужими им - но иногда эта непереносимая тоска выражалась в пронзительных поэтических строчках.

* * *

Школьным учительницам литературы приходится каким-то образом объяснять своим несовершеннолетним питомцам такие строки из «Евгения Онегина»:

« Кто жил и мыслил, тот не может
В душе не презирать людей »⁴⁴

Эти слова ставят учительниц в весьма сложное положение. Как же так? А.С. Пушкин - светоч российской словесности, «наше всё» - вдруг предстает великим человеконенавистником? Вначале он восклицает:

⁴⁴ Пушкин А.С. Евгений Онегин. Глава 1, XLVI.

«Да здравствует Разум!». А затем заявляет, что всякий, кто мыслил, непременно закончит презрением к людям...

Этому ли должна учить школа - рассадник истины, добра и красоты? Ох, не этому... Представьте себе хотя бы на миг тему выпускного сочинения в школе - « Кто жил и мыслил, тот не может в душе не презирать людей»?

Учительницы справляются с возникшим затруднением, говоря, что мизантропия Пушкина была напускной - он, дескать, всего лишь следовал моде, установленной Байроном. (А в глубине души, надо полагать, по-прежнему оставался гуманистом?) Да, всем молодым светским львам того времени мода предписывала вести обязательный для них образ жизни с глубоким отвращением - являться на балы, но не танцевать; посещать театры, но отчаянно скучать; тягостно вздыхая, вести светские беседы с красавицами и без всякого удовольствия вкушать лучшие блюда мировой ресторанной кухни?

Положим, такая мода действительно была. Но почему она так распространилась среди молодых и вполне успешных дворян? Не потому ли, что совершенно соответствовала их мироощущению?

Возможность психологического объяснения жизненных переживаний Онегина на корню была уничтожена социологизаторским подходом литературоведов-разночинцев. Они полагали, что Онегин - «лишний человек», потому что дворяне - кстати сказать, соперники разночинцев на чиновничьей службе - вообще класс лишний, для общества бесполезный.

В дальнейшем же - во времена революционные и послереволюционные - теория «лишнего человека», столь спасительная ныне для школьных учительниц литературы, и вообще перестала нуждаться в каких-либо доказательствах.

Достаточно было прочесть голодному школьнику описание онегинского обеда:

« Вошел: и пробка в потолок,
Вина кометы брызнул ток,
Пред ним rost-beef окровавленный,
И трюфли, роскошь юных лет.
Французской кухни лучший цвет,
И Страсбурга пирог нетленный
Меж сыром лимбургским живым
И ананасом золотым»⁴⁵

А, прочитав, тут же сказать, что именно такая жизнь и надоела дворянину Онегину.

Учащимся при этом сразу же становилось ясно, что подобных «лишних людей» надо уничтожать - *как класс*, потому что они просто *заелись*. Такой же аргумент, указывающий на разницу в питании - использовался в ходе пролетарской революции и против буржуазии. Этот классовый враг тоже питался ананасами, а потому подлежал уничтожению. «Ешь ананасы, рябчиков жуй - день твой последний приходит, буржуй».

Ныне, когда ананасы подешевели, про «лишнего человека» объяснять стало трудно.

Так что все же используем упущенную некогда возможность психологического толкования - и предположим, что «Евгений Онегин» был написан именно о *кризисе пресыщенности успехом*.

От такого кризиса не застрахованы и современные деловитые американцы, которые отнюдь не чувствуют себя «лишними людьми»,

⁴⁵ Пушкин А.С. Евгений Онегин. Гл.1. XVI

будучи по горло завалены неотложными делами. Как иначе объяснить появление фильма «День сурка», сюжет которого прямо соответствует пушкинской формуле:

« До утра жизнь его готова,
Однообразна и пестра.
И завтра то же, что вчера»⁴⁶.

Симптом психологического кризиса - именно в том, что жизнь вдруг представляется человеку вечным повторением того же самого, суетным кружением на месте. Она представляет собой один и тот же день, который повторяется до бесконечности. И это - невыносимо.

* * *

Тяжелая меланхолия и усталость возникают именно от достижения того, что в массовом сознании представляется жизненным успехом и счастьем. У пушкинских баловней света она, возможно, и наступала раньше, чем у сегодняшнего человека: успешная жизнь доставалась им по наследству, без продолжительных и упорных трудов. Потому уныние и пресыщенность пришли к Онегину значительно раньше - не в середине жизни, а в «осьмнадцать лет». Человек сегодняшний - если не считать юных баловней из богатых семей - достигает процветания позже. Десятилетие, а то и два он посвящает упорному труду, пока не достигнет тех жизненных стандартов, которые представлялись ему в юности верными признаками процветания. Упорно трудясь, он живет только будущим. И вот будущее приходит, стандарты достигаются, а обещанного счастья - нет.

⁴⁶ Пушкин А.С. Евгений Онегин. Глава 1, XXXVI.

Именно тогда и наступает тот самый период мизантропии, которая столь обстоятельно описана Пушкиным.

«Кто жил и мыслил, тот не может
В душе не презирать людей;
Кто чувствовал, того тревожит
Призрак невозвратимых дней:
Тому уж нет очарований,
Того змея воспоминаний,
Того раскаянье грызет»⁴⁷

Подавленное настроение, скука и тоска на гребне успеха - вот верные симптомы кризиса. И описаны они у Пушкина со всей серьезностью и сочувствием, а вовсе не как причуды повесы.

* * *

Забудем про ананасы в шампанском. Посмотрим на пушкинские описания симптомов кризиса успешного человека взглядом *клиническим*. Таким, каким Пушкин смотрел и сам - за много лет до возникновения психологии и психиатрии.

« Но был ли счастлив мой Евгений,
Свободный, в цвете лучших лет,
Среди блистательных побед,
Среди вседневных наслаждений?
Вотще ли был он среди пиров
Неосторожен и здоров?»⁴⁸

⁴⁷ Пушкин А.С. Евгений Онегин. Глава 1, XLVI.

⁴⁸ Пушкин А.С. Евгений Онегин. Гл.1. XXXVII

Вопрос у Пушкина ставится, разумеется, о здоровье психическом, а не о расстройстве желудка. И диагноз выставляется однозначный: по-английски «сплин», по-русски - «хандра». (У первых психиатров это стало называться «меланхолией» - полным отсутствием интереса к жизни, который часто сопровождается попытками суицида).

Пушкин, отвечая на вопрос о здоровье, констатирует: *нет, здоров Онегин* не был.

« Нет: рано чувства в нем остыли;
Ему наскучил света шум;
Красавицы не долго были
Предмет его привычных дум;
Измены утомить успели;
Друзья и дружба надоели...
И хоть он был повеса пылкой,
Но разлюбил он наконец
И брань, и саблю, и свинец.
Недуг, которого причину
Давно бы отыскать пора,
Подобный английскому *сплину*,
Короче: русская *хандра*
Им овладела понемногу;
Он застрелиться, слава Богу,
Попробовать не захотел,
Но к жизни вовсе охладел»⁴⁹.

* * *

⁴⁹ Пушкин А.С. Евгений Онегин. Гл.1. XXXVII-XXXVIII.

Каждый видит только то, что готов и хочет увидеть. Для человека, всецело поглощенного вопросами социально-политическими, «Евгений Онегин», разумеется, будет представляться всего лишь энциклопедией русской общественной жизни. И, разумеется, такой человек никогда не увидит в пушкинском творении *энциклопедии жизни психической, внутренней*, не увидит отдаленного предвестия психологии и психиатрии, занятия которыми - до того, как они попытались превратиться в строгие науки - было уделом исповедующих священников, философов и художников.

Может быть, у Онегина (Пушкина ... Байрона...) и были такие подражатели, которые, не испытывая никакого психологического кризиса, просто симулировали его, интересничали, разыгрывали на людях пресыщенность жизнью, следуя моде на «дендизм».

Но ведь и у Будды были такие же подражатели. А вот сам Будда, уходя от мира, никому не подражал.

И Онегин не следует никому, кроме самого себя, когда покидает столицу и отправляется в странствия по России. Путешествие это нужно ему, чтобы остаться наедине с собой. Ни о каком следовании моде, ни о какой показной разочарованности в жизни уже не может быть и речи. Даже наедине с собой Онегин остается разочарованным в жизни, меланхоликом в последней степени - при полном физическом здоровье.

Вот он, подобно принцу Гаутаме, смотрит на больных и старцев, которые приехали лечиться кавказскими минеральными водами - и переживает нечто подобное: острую тоску:

« Питая горьки размышленья,
Среди печальной их семьи,
Онегин взором сожаленья

Глядит на дымные струи
И мыслит, грустью отуманен:
Зачем я пулей в грудь не ранен?
Зачем не хилый я старик,
Как этот бедный откупщик?
Зачем, как тульский заседатель,
Я не лежу в параличе?
Зачем не чувствую в плече
Хоть ревматизма? - ах, создатель!
Я молод, жизнь во мне крепка;
Чего мне ждать? тоска, тоска!...»⁵⁰

* * *

Можно, конечно, полагаться на политологию и социологию, полагая всякие психологические переживания делом личным и преходящим. Но тот, кто поступает таким образом, рискует совершить не только теоретическую ошибку. Кризис пресыщенности успехом может завести молодых и энергичных людей очень далеко. Чтобы убедиться в этом, достаточно прочесть строфу XVII из десятой главы «Евгения Онегина».

По мнению А.С.Пушкина, знавшего, о чем он говорит, высшая элита российского офицерства - люди весьма и весьма успешные - *отчаянно скучала*. Скучала точно так же, как смертельно скучал, распивая шампанское с друзьями, Евгений Онегин.

Это и обернулось, в конечном счете, восстанием декабристов.

« Сначала эти заговоры

⁵⁰ Пушкин А.С. Евгений Онегин. // Собр. соч. в 3-х т. Иваново, «Фора», 1995. Т. III. С.162.

Между Лафитом и Клико
Лишь были дружеские споры,
И не входила глубоко
В сердца мятежная наука,
Все это было только скука...»⁵¹

Нет, право, психологам еще предстоит написать о роли скуки и тоски во всемирной истории...

* * *

Острая тоска от неподлинности своей жизни - вполне успешной! - охватывает и человека совсем другой эпохи - поэта советских времен. Симптомы кризиса те же, что и у пушкинского Онегина - «друзья и дружба надоели» и т.п. Здесь, правда, следует важное уточнение - относится это только к дружбам *ненастоящим, ненужным, суетным, чисто светским.*

« Со мною вот что происходит:
ко мне мой старый друг не ходит,
а ходят в праздной суете
разнообразные не те.
И он
не с теми ходит где-то
и тоже понимает это,
и наш раздор необъясним,
и оба мучаемся с ним.

Со мною вот что происходит:
совсем не та ко мне приходит,
мне руки на плечи кладет

⁵¹ Пушкин А.С. Евгений Онегин. Гл.10. XVII.

и у другой меня крадет...
О, сколько нервных
и недужных,
ненужных связей,
дружб ненужных!
Во мне уже осатанённость!..
О, кто-нибудь,
приди,
нарушь
чужих людей
соединенность
и разобщенность близких душ»⁵².

Е. Евтушенко написал это послание Б. Ахмадулиной в 1957 году, в двадцать четыре года. (Поэты всё переживают раньше и острее, не дожидаясь тридцатилетнего рубежа. Самый печальный из них, М.Ю.Лермонтов, в двадцать семь лет уже погиб, но успел оставить целую галерею портретов безысходно одиноких персонажей - «духов изгнанья»).

Впоследствии отчаянный крик души Евтушенко был счастливо утоплен в патоке новогодней сказки Э.Рязанова: он стал проходной песенкой «лирического героя», у которого в фильме есть все - и верные друзья, и настоящая любовь, и любимая работа. Так что кризис середины жизни превратился всего лишь в легкую элегическую грусть.

Это, конечно, было точно такой же формой утешительной психотерапии, как и теория «лишнего человека»... Смысл терапии был в обоих случаях один: никаких психологических кризисов от «нервных

⁵² Евтушенко Е. « Со мною вот что происходит...» // В кн. Ахмадулина Б.А. Друзей моих прекрасные черты: М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. С. 380-381.

и недужных связей» нет; а если и есть, то случаются они вовсе не с нами; а если и с нами, то редко и, главное, ненадолго.

Ну, нашел себе Женя Лукашин в фильме Рязанова не ту невесту. Иногда такое случается. Но ведь все кончилось хорошо! Нападает хандра - меланхолия не только на пресыщенных «лишних людей» из дворян, но и на граждан общества развитого социализма. Но - редко и ненадолго. И у вас тоже, уважаемые зрители, тоже все кончится хорошо, если что... Стоит только напиться до беспамьятства и улететь на самолете куда-нибудь в другой город...

* * *

Но если поверить, что такие психологические кризисы действительно редки и мимолетны, то как объяснить поистине всероссийскую любовь современного среднего поколения к чтению Г.Г.Маркеса?

Тот же Е.Евтушенко толкует его роман «Сто лет одиночества» в духе взвешенного социалистического экзистенциализма: с одной стороны, бунтовать против «простой жизни» без плана бессмысленно, а с другой стороны - как же не бунтовать? Ведь приходит совсем не тот, не та, не те - сплошные нервные и недужные связи...

«Маркес убедительно показывает, что стремление разрушать без ясного осознания созидательных задач бесплодно. Но бесплодно и стремление сохранить «статус-кво», ибо наступает страшный процесс саморазрушения и появляются всепожирающие рыжие муравьи. Бесплодно прятаться в древние пергаменты, выискивая там спасительную мудрость. Бесплодно выкрикивать веселый лозунг: «Плодитесь, коровы, - жизнь коротка!» - и устраивать лукулловы пиры. Бесплодно запирается от жизни, как Ребекка, и ожидать любого, кто осмелится нарушить ее покой, с заряженным пистолетом. Бесплодно

ломать кровати, пытаясь спрятаться в секс от беспощадного времени, как это делают представители младшего поколения Буэндиа... Бесплодно накопительство, ибо время пережевывает все накопленное, как мул Петры Котес в конце концов пережевывает перкалевые простыни, персидские ковры, плюшевые одеяла, бархатные занавески и покров с архиепископской постели... Бесплодно и самоотречение Урсулы, надорвавшейся в заботах по сохранению дома и рода <...> Маркес предостерегает от всех опасностей безответственного бунта, но в то же время и призывает людей «плюнуть хотя бы один раз на все»⁵³.

Хотя бы один раз? Или - раз и навсегда?

Человек в середине жизни склонен выбрать второй вариант ответа.

Он, не задумываясь, подписался бы под словами апостола Павла:

«Доброго, которого хочу, не делаю, а злое, которого не хочу, делаю»⁵⁴.

А еще - под словами Данте Алигьери (1265-1321):

***«Земную жизнь пройдя до половины
Я очутился в сумрачном лесу»⁵⁵***

⁵³ Евтушенко Е. А. Завтрашний ветер.- М.: Правда, 1987. С. 230-231

⁵⁴ Рим. 7; 19.

⁵⁵ Данте А. Божественная комедия. М.: Советско-американский фонд Интерпракс «Культурная инициатива», 1992. С. 7

2.2 Симптоматика кризиса середины жизни в описании Данте

Начало «Божественной комедии» представляет собой нечто уникальное - именно в *психологическом*, а не только в художественном отношении. Данте сделал именно то, чего много веков спустя требовали от своих пациентов Фрейд и Ясперс. Он попытался передать свои собственные кризисные переживания с помощью образов-аналогий. Это - своего рода сновидение - дорога, лес, восход солнца. Разница только в том, что к пациентам Фрейда такое сновидение приходило, когда хотело оно само. А поэт умеет вызывать его по собственной воле - как грёзу. В немецком языке *грёзы* так и называются - *Tagtraeume*, то есть *дневные сны, сны наяву*.

Проследим же за таким *дневным сном* Данте, в котором филигранно описано развитие кризиса середины жизни.

* * *

Начало «Божественной комедии» представляет собой гениальное по своей психологической точности описание того, что чувствует человек, переживший кризис тридцатилетнего возраста.

Посмотрим на стихи Данте глазами психолога - как на попытку передать с помощью аналогий-образов переживание стадий душевного кризиса. Рассмотрим картину поэтическую как картину клиническую - со всеми важными нюансами и тонкостями, которые абсолютно достоверны, поскольку *придумать* было нельзя. Их можно было только пережить лично.

«Земную жизнь пройдя до половины
Я очутился в сумрачном лесу,
Утратив правый путь во тьме долины,

Каков он был, о, как произнесу,
Тот дикий лес, дремучий и грозный,
Чем давний ужас в памяти несусь!
Так горек он, что смерть едва ли слаще,
Но, благо в нем обретши навсегда,
Скажу про все, что видел в этой чаще.
Не помню сам, как я вошел туда,
Настолько сон меня опутал ложью.
Когда я сбился с верного следа
Но к холмному приблизившись подножью,
Которым замыкался этот дол,
Мне сжавший сердце ужасом и дрожью,
Я увидал, едва глаза возвел,
Что свет планеты, всюду путеводной,
Уже на плечи горные сошел.
Тогда вздохнула более свободной
И долгий страх превозмогла душа,
Измученная ночью безысходной.
И словно тот, кто, тяжело дыша,
На берег выйдя из пучины пенной,
Глядит назад, где волны бьют, страха,
Так и мой дух, бегущий и смятенный,
Вспять обернулся, озирая путь,
Всех уводящий к смерти предреченной.»⁵⁶

⁵⁶ Данте А. Божественная комедия. М.: Советско-американский фонд Интерпракс «Культурная инициатива», 1992. С. 7-8.

Психологу не зазорно проверять гармонию алгеброй. Поэтому разделим приведенный стих на несколько частей, каждая из которых описывает определенную стадию в психической жизни.

- Поначалу, еще до наступления кризиса середины жизни, существование в мире представляется человеку *«правым путем»* - тем самым, который был затем утрачен во тьме. Этот путь - *«правый»*, то есть *правильный*, в двух смыслах. Во-первых, потому, что он ведет именно туда, куда человеку нужно. Если ты идешь правильным путем, то придешь к намеченной цели. Во-вторых, он *правильный* потому, что соответствует представлениям общества о том пути, который должен выбирать человек в жизни. Выражение *«он идет неправильным путем»*, взятое в переносном смысле, может относиться вовсе не к цели, но и к средствам, которые человек избирает. В принципе, к одной и той же цели - например, к достижению достатка и высокого общественного статуса - человек может идти правильным и неправильным путем. В последнем случае это означает, что он пользуется недозволенными средствами и приемами.

Итак, вся предшествующая жизнь воспринималась доньше как *правильный путь* - в том смысле, что личные цели человека и представления общества о том, что он должен делать, полностью совпадали. Говоря проще, он хотел для себя именно того, чего от него ожидало общество. Того же оно ожидало и от множества других - вот почему *«правый путь»* был торной, хорошо утоптанной дорогой.

- Торная дорога, по мнению переводчика Данте, *«приближалась к холмному подножью»*, то есть к подножью холма. Она, стало быть, вела *вверх*. Поскольку же эта дорога представляет собой образ жизненного пути, то вполне можно утверждать, что вся предшествующая жизнь виделась плавным восхождением на все большие и большие высоты. *«Правый путь»* - это путь в жизни, на

котором ты, затрачивая труд, преодолевая неизбежные ухабы и ямы, с согласия общества и в соответствии с собственными представлениями о счастье поднимаешься все выше и выше в социальной и профессиональной иерархии. Даже если это и происходит только внутри того сословия, к которому ты принадлежишь, как это было во времена Данте.

- Вплоть до середины жизни путь по долине вверх человек проходит днем, до начала сумерек, то есть при ясном свете. Дорога видится ясно, небо безоблачно, равно как и жизненные перспективы.

Таков первый этап жизненного пути человека.

Далее начинается второй этап.

- Ровный успешный путь убаюкивает. Гипнотизирует. Приводит к отупению. Следуя инерции бездумного движения по указанному обществом пути, человек вдруг, сам того не замечая, оказывается в непроходимых лесных дебрях.

«Скажу про все, что видел в этой чаще.

Не помню сам, как я вошел туда,

Настолько сон меня опутал ложью.»

Так начинается кризис.

Нам остается только гадать - как, впрочем, и самому Данте - где начались сон и ложь. Возможности, собственно, две. Либо ты сам, не заметив того, свернул с правого пути в сумерках - и тогда вся вина ложится на тебя. Не надо было зевать. Ведь дорога, предписанная тебе обществом, была торная, натоптанная, а в дремучем лесу ты оказался один. Значит, все остальные пришли, куда следует. В противном случае они все толпились бы здесь же, в чащобе - словно поляки, следовавшие

за Сусаниным. Либо надо представить себе второй вариант: сном и ложью был весь «правый путь», предписанный тебе обществом. Это был некий коллективный морок, массовая наведенная галлюцинация. И каждый шел этим путем, который только казался натоптанным, а в результате очутился в середине жизни в своей собственной чащобе.

Не могла же реальная натоптанная дорога просто оборваться в чаще...

(Много веков спустя другой поэтический философ, Мартин Хайдеггер нашел для описания кризиса середины жизни великолепный в своей точности образ, который разом снял все эти сложности и вопросы. Он объяснил, каким образом торная дорога может заканчиваться глухим тупиком в лесных дебрях. Чтобы описать этот «торный путь в никуда», немцы даже придумали специальное слово - «Holzweg». Оно обозначает дорогу, по которой все ездят за дровами. Ты можешь оказаться на ней и идти бодрым шагом, полагая, что накатанный путь просто не может привести в тупик. Но дорога портится на глазах, становится все более и более сомнительной, и, наконец, исчезает совсем. Кто-то заехал в самую чащобу, нарубил дров - и вернулся обратно.

Просторечное, то есть *крестьянское* немецкое выражение - «auf dem Holzweg sein» - «быть на лесной дороге, по которой ездят за дровами» - означает «быть на ложном пути, заблуждаться». Идя по ней, ты как раз и окажешься в сумрачном лесу...

Но, как видно, в Италии Данте не было таких дебрей, какие были в Шварцвальде Хайдеггера. А Шварцвальд, то есть Черный Лес, не идет ни в какое сравнение с сибирской тайгой, где плутают вообще без дороги.)

- Так или иначе, а с началом кризиса середины жизни человек чувствует себя оказавшимся в глухой лесной чаще. Его окружает тьма -

тьма неразрешимых жизненных проблем. И эта тьма « сжимает сердце ужасом и дрожью», потому что никакого выхода не просматривается. Потрясение настолько сильно, что даже после того, как найден выход, человеку хочется говорить и говорить о пережитом кошмаре, выплескивая его из себя.

« Скажу про все, что видел в этой чаше».

Это Данте устраивает для себя индивидуальную психодраму. Обойтись без нее невозможно, потому что пребывание в дебрях середины жизни, ужас и горечь, чувство потерянности и заброшенности страшнее, чем сама смерть - она « едва ли слаще». Надо снова и снова выговариваться, чтобы освободиться от пережитого.

Но переживания измученной души отнюдь не были просто травмой. Они были необходимой платой за обретение самого главного в жизни - видения нового пути. Ведь Данте пишет: именно в дремучем лесу, о котором нельзя вспомнить без содрогания, заплутавший путник *«навсегда обрел благо»!* Только после ужаса полной потерянности и благодаря ему человек оказывается способным совершенно по-новому увидеть мир и свою жизнь в нем.

Он должен совершенно отчаяться, чтобы перестать, наконец, смотреть под ноги и по сторонам - и *поднять глаза*. А подняв глаза, он сможет увидеть свою жизнь не так, как видел раньше - как сумбурную череду сегодняшних мелких дел и ближайшие перспективы на завтра. Он сможет увидеть свою жизнь целиком - со всем своим прошлым, настоящим и будущим. Это *озарение* сравнимо только с восходом солнца, которое осветит все вокруг *сразу* - и лес, который только казался непроходимым во тьме, и ближние, и дальние перспективы. Солнце - *«всюду путеводная планета»* - представляет собой символ высшего смысла человеческой жизни. Только обретя его, можно

сориентироваться в жизни, окинуть ее взглядом всю без остатка. Только в этом и может состоять выход из тяжкого кризиса середины жизни - **увидеть свою жизнь в более высоком свете.**

*«Я увидал, едва глаза возвел,
Что свет планеты, всюду путеводной,
Уже на плечи горные сошел.
Тогда вздохнула более свободной
И долгий страх превозмогла душа,
Измученная ночью безысходной».*

- *Вздох облегчения*, который испускает путник, наконец-то нашедший выход из дебрей, как видно, показался Данте метафорой слабой. Она не передавала сути пережитого, поскольку такой вздох облегчения вырывается у человека только один раз. Увидел выход, вздохнул с облегчением - и пошел себе дальше. А дыхание быстро придет в норму.

Поэтому для описания следующего этапа Данте избирает совершенно другую метафору-аналогию. Он сравнивает душу человека, пережившую кризис, с пловцом, который чуть было не утонул в штормовом море и теперь, чудом выбравшись на берег, оглядывается на едва не поглотившую его пучину.

Он вовсе не испускает только один *вздох облегчения*. Он еще долго дышит тяжело, жадно хватая ртом воздух - вместо губительной воды. Но это совершенно новый воздух - воздух обретенной свободы. И *облегчения вдоха* этот воздух свободы не сулит. Потому что свобода - вещь тяжелая. Никаких торных троп и обманчиво ясных перспектив больше не будет.

*«И словно тот, кто, тяжело дыша,
На берег выйдя из пучины пенной,
Глядит назад, где волны бьют, страха,*

Так и мой дух, бегущий и смятенный,
Вспять обернулся, озирая путь,
Всех уводящий к смерти предреченной»

- Пловец, который только что счастливо избежал гибели в бушующем море, у Данте оборачивается вспять и не может отвернуть взгляда от штормовой стихии.

Далеко не все спасшиеся ведут себя так.

Одни, с трудом выбравшись на спасительный берег, стремятся немедленно забыть о перенесенном ужасе. От зрелища штормящего моря их просто *воротит* - никакого желания оглядываться назад у них нет. Взгляд их отныне прикован к берегу: все, что только есть на нем - каждая травинка, камешек и козявочка - наполняет душу неизъяснимым восторгом. Просто удивительно, как можно было не ценить этой восхитительной прелести раньше! То, что раньше казалось нудным, мелким и пресным, теперь представляется единственно надежным.

Да, эти люди отныне научились ценить твердое дно под ногами. Утрата его сразу будет вызывать у них приступ паники. Они всегда предпочтут бурному морю застойную лужу. Пусть даже вода в ней и пованивает, зато есть восхитительное чувство уверенности в завтрашнем дне. Пусть завтра будет точно таким же, каким было сегодня!

Таких людей - большинство.

Есть, правда, еще и меньшинство - экстремалы.

После пережитого приключения они уже не смогут спокойно жить на берегу. Их будет вечно тянуть в штормящее море. Только там они смогут испытать острое чувство губельного восторга. Пусть сильнее грянет буря! Этих людей *воротит* от берега. Они уже никогда не будут

довольствоваться тоскливой жизнью на суше - и в конце концов погибнут в волнах.

Но пловец, описанный Данте, наверняка не относится ни к первым, ни ко вторым.

Он стоит на берегу и отнюдь не собирается покидать его, снова устремляясь в пучину. Однако он уже не может и вернуться к прежней жизни на суше. Его «бегущий и смятенный» дух теперь будет снова и снова возвращаться назад - к этой пучине, *губящей всех*.

Парадокс, о котором пытается сказать Данте, состоит именно в том, что именно прежняя жизнь, именно ***рутинное следование по привычным, накатанным дорогам неизбежно ведет к гибели в пучине.***

* * *

Здравый смысл отказывается понимать, как это можно оказаться в морской пучине, если идти по накатанной дороге. Да еще и с неизбежностью.

Но именно так поэзия и передает те внутренние потрясения, которые переживает человек во время кризиса середины жизни. (З. Фрейд показал, что приблизительно так же эти потрясения передают и сновидения, в которых выражается нечто, обычному здравому смыслу не доступное).

В поэзии, как и в сновидениях, соседствует то, что в реальности соседствовать никак не может. Самой банальной, самой затертой рифмой еще во времена А.С.Пушкина была рифма «розы-морозы». Светоч русской поэзии шутил по этому поводу:

И вот уже трещат морозы

И серебрятся средь полей...

(Читатель ждет уж рифмы *розы*;

На, вот возьми ее скорей)⁵⁷.

А между тем в реальности розы и морозы, уже неразделимые в поэзии, сосуществовать не могут. В.Б. Шкловский, указывая на это, отмечает, что поэзия вовсе не «отражает окружающую реальность», как в том всех нас пытались уверить приверженцы реализма. Ее задача вовсе не в том, чтобы давать рифмованные описания природы или картинки из жизни общества.

С точки зрения естествоиспытателя, поэт рисует *несуразные* картины природы, в которых соседствуют розы и морозы. Но почему же эти картины нужны людям - даже во времена расцвета точных наук?

Да потому, что человек на протяжении всех веков своего существования устремлял свой взор, главным образом, на окружающий его мир. Он просто вынужден был это делать, поскольку вел суровую борьбу за выживание в мире. Тот, кто «уходил в себя» в разгар этой борьбы, рисковал просто не выжить. (До сих пор крестьянин награждает того, кто замечтался в горячую пору сенокоса, самым уничижительным прозвищем - «поэт»).

Люди прекрасно научились описывать происходящее с ними во внешнем мире, но большинство из них так и не умеет поведать о том, что происходит в их душе - в мире внутреннем. Тяжкий психологический удар описывался с помощью образов, взятых из мира внешнего. «Это просто *ошеломило* меня» - так говорил человек благородного звания, сравнивая свое психологическое переживание с сокрушительным ударом по *шлему*. А человек попроще выражал свое внутреннее потрясение так: « Тут меня - словно обухом по голове!»

⁵⁷ Пушкин А.С.Евгений Онегин. Гл. 4 , XLII

Поэзия - точно так же, как фрейдовские сновидения - рисует нам картины внешнего мира, полные несурезицы, ставит рядом всяческие розы и морозы, исключительно для того, чтобы передать таким образом несурезицу и полный сумбур в душе. Так и получается, что торная дорога выводит напрямиком в морскую пучину - совершенно ошеломляюще, словно бы обухом по голове!

* * *

Поэзия, вопреки мнению записных естествоиспытателей, представляет собой дисциплину точную. Вот только точность эта проявляется не в описании внешнего мира, а в описании мира внутреннего, в описании психологических переживаний. Даже если внутренняя жизнь человека описывается с помощью образов, взятых из мира внешнего.

Предположим, что Данте завел бы речь не о бушующем море, а о болоте. С точки зрения здравого смысла и с точки зрения науки географии это было бы куда понятнее. Шел человек по накатанной дороге, сбился с нее - и оказался в болоте, где чуть было не утонул. История вполне возможная, даже *житейская*. Бывает такое - *во внешнем мире*.

Но что бы описывала эта история не *географически*, а *поэтически* - если иметь в виду, что поэзия призвана поведать нечто о *внутреннем* мире человека? Каков бы был *поэтический* - или *психологический* - смысл такой истории про *болото*?

Этот смысл был бы прямо противоположным тому, который имел в виду Данте.

Образ болота предполагал бы, что ранее человеческая душа двигалась проторенными путями, то есть человек строго следовал общепринятым представлениям о жизни и рецептам поведения. Он

думал и жил, как все прочие. А затем - сбился с пути. И в результате попал в трясину, которая чуть было не засосала его с головой.

Каков смысл такой истории?

Он достаточно ясен: не умствуй, не оригинальничай. Не ищи собственных путей в мыслях и чувствах. Не сворачивай с проторенных дорог. Иначе окажешься в болоте. Думай и живи, как все. И тогда ни в какое болото психологических кризисов и психозов не попадешь.

В болоте тебя ждут пиявки. Как и в сумасшедшем доме прошлых веков. Они должны утратить тебя и вернуть на тот надежный путь, по которому идет большинство.

Словом, никакие индивидуальные блуждания - заблуждения не поощряются и не рекомендуются. Следуй завету Христа : *блаженны нищие духом.* То есть счастливы только те, кто не злоупотребляет духовными исканиями.

Согласимся, что Данте хотел сказать совсем не об этом.

* * *

Если воспринимать написанное Данте как психологическое описание собственных переживаний, испытанных в момент кризиса середины жизни, то картина вырисовывается следующая.

Вначале человек, следующий общепринятым представлениям о жизни, испытывает чувство, будто идет по надежной дороге. Он уверен в том, что достигнет своей цели. Его движения привычны и отработаны. Дело спорится, душа поет. (Одновременно петь и мыслить душа не может). Мышление - это поиски пути, а искать ничего не надо. Не надо размышлять, куда идти - ведь на торном пути нет никаких развилок, а даже если и есть, то главную дорогу можно отличить всегда. Она утоптана сильнее всего и всего шире.

Но вдруг оказывается, что именно эта накатанная дорога вдруг заводит в дремучий лес. А затем лесная чащоба оборачивается бушующим морем, в котором нет дна.

Именно *морем* оборачивается она, а не *болотом*.

Из болота можно выбраться, вернувшись назад, на твердую и накатанную дорогу. Предполагается, что именно там, на твердой и надежной почве, находятся все прочие люди, которые с ума не *сходили* и не *заблуждались*. Только ты отбился от них - и чуть было не сгинул в болоте. Но, на твое счастье, есть спасатели, которые протянут руку тому, кто оказался в болоте - священники, психологи, врачи, наконец. Сами они, разумеется, торной дороги не покидали. Иначе как они вытянут тебя из болота на твердую почву?

Но если ты оказался не в болоте, а в бушующем море, то дело обстоит совсем иначе. Никакого брода в бушующем море нет. И, тем более, нет никаких дорог, на которые можно вернуться.

Ты - абсолютно один. И никто руку помощи тебе не протянет. Вернуться некуда. Вновь присоединиться к большинству, чтобы спастись, невозможно.

Как раз наоборот: согласно Данте, по торной дороге в гибельную пучину движутся все. Эта торная дорога и есть *«путь, всех уводящий к смерти предреченной»*. Смерть, конечно, имеется в виду не физическая, а духовная. Потому что от нее можно спастись, как спасся описанный Данте пловец - **в одиночку**.

В пучине духовной гибели ты неизбежно окажешься тогда, когда будешь бездумно следовать торными дорогами мысли - вместе со всеми.

А спастись из гибельной пучины ты сможешь только в одиночку - своим собственным духовным усилием.

Берег, на который ты выберешься, спасаясь, уже не будет прежней торной дорогой. Он окажется неведомой донныне землей.

Это будет совсем новый, твой, и только твой берег.

29/10/05г.

Светлана Евгеньевна!

Данная книга задумывалась, как попытка написать то, чего нет в литературе на данную тему. Везде пишут о технике коучинга, а мы хотим написать о философии коучинга, т.е. о самом главном, что и определяет его как учение. Как совершить прорыв в своей душе, как подняться на новую высоту своего духа. Если это сделать, то ты станешь жить более «качественнее», чем до этого...

О чем писалось?

- 1. Необычный взгляд на то, чем должен заниматься коучинг. В коучинге важнее не техники, а создание нового духа в себе, который тебя вытянет из любых проблем «автоматически». То есть, как вырасти над самим собой! (Учись ставить цель «на цыпочках»).*
- 2. История медицины показывает, что роль психики очень велика в наших болезнях. Люди, следите не только за физическим здоровьем, но и за психическим! (нет такого вывода???)*
- 3. Далее поясняется (через Христа) мысль, что в душевном росте нуждаются не только «заблудшие», но вполне здоровые и богатые люди – им тоже нужно помогать!*
- 4. Через Данте проводится мысль, что человек со своими проблемами должен справляться сам. Аналогия с*

тем, что он оказался в бушующем море, где помочь ему некому, кроме самого себя. Но зато если такой человек выберется на берег, то вся земля теперь будет принадлежать ему. Он выйдет на сушу окрепшим психически и возрожденным человеком.

Что бы надо написать:

- Во введении нужна мысль, что в коучинге важнее всего воспитание в себе нового духа. А это разработано в трудах древних прекрасно.*
- Кризис середины жизни – нельзя описывать как потребность в коучинге, иначе всем будет ясно, зачем ты обратился к коучу. Коучинг нужен всем, в том числе тем, кто попал в полосу этого кризиса.*
- Взять из философии рассуждения великих, которые «смогут пояснить» основную идею коучинга: чтобы быть успешным, человек должен научиться быть свободным, делать свой выбор свободно и осознанно. Это ему позволит принять всю ответственность за свои деяния и жизнь на себя. После чего у него возникнет внутренний огонь желания (мотивация), что называют самомотивацией. Она же в свою очередь включит «автоматическую систему наведения на цель – рефлекс цели». Вот это и есть коучинг-путь к успеху!*