

Также это окружение таких людей, которое вольно или невольно оказывается втянуто в такой ритм жизни и принимает на себя часть этих «правил игры». Например, не так давно работала с молодым мужчиной, около 30 лет, из обеспеченной семьи, никогда ни в чём не знал нужды, папа оставил крепкий бизнес. Но он до сих пор не понимает, кто он сам и каково его место в этом мире...

Согласитесь, мы нередко испытываем это чувство: вроде всё есть, а счастья и радости почему-то нет. Да потому, что мы не находим себя и своё место в мире.

? В самом деле, даже если судить по кинематографу, к психотерапевтам (психоаналитикам) приходят люди из категории «средний класс и выше». Не последнюю роль в этом играет и тот факт, что эти услуги недёшевы, не так ли?



В КАЖДОМ ИЗ НАС ДРЕМЛЕТ МНОЖЕСТВО «МОНСТРОВ», ВСТРЕЧА С КОТОРЫМИ ДОСТАВЛЯЕТ НЕПРИЯТНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ, А ПОРОЙ И ПРОСТО БОЛЬ

— Да, это не самое дешёвое удовольствие, уж точно дороже, чем «поллитра в гараже». И это обстоятельство, кстати, объясняет, почему многие мои пациенты из Москвы, Питера, стран Европы. В Перми эти услуги стоят вдвое-трое дешевле.

? Но прилететь в Пермь из условного Берлина тоже дорого!

— Лететь не обязательно. Для этого есть современные средства коммуникации, тот же Skype. Мне ведь не надо, как в поликлинике, заводить карточку пациента, слушать его дыхание и пульс. По большому счёту человек может не называть своё настоящее имя и фамилию. Терапию можно проводить анонимно.

? В чём же тогда заключается лечение?

— Если донельзя упростить, то с человеком нужно просто поговорить. Сегодня такое время, что поговорить на больные темы часто просто не с кем. В этом смысле важную

роль играет церковь, но, во-первых, далеко не все из нас люди воцерковленные, а во-вторых, у священников иная роль, они не часто имеют специальные познания в этой сфере. Поэтому меня можно сравнить с духовным лицом, но — светского профиля. При этом я имею специализированное медицинское образование.

? И как часто нужно проводить такие «сеансы бесед», чтобы достичь результата?

— Всё очень индивидуально. Бывает, что и одной беседы хватает, чтобы человек обрёл почву под ногами. Мой «курс лечения» обычно не превышает пяти-семи встреч. Иные из таких пациентов вновь обращаются только через четыре-пять лет — им настолько хватило «зарядки», что они переживают этот опыт соприкосновения с собой очень долго.

Но бывает, что после первой беседы человек пугается и говорит: «Нет уж, я больше с вами общаться не буду!»

? Чего же тут бояться? Вы с виду совсем не страшная, даже наоборот...

— В ходе разговора человеку приходится порой погружаться в такие глубины самого себя, что там действительно страшно. В каждом из нас дремлет множество «монстров», встреча с которыми доставляет неприятные переживания, а порой и просто боль. Ничего не поделать, надо этих «монстров» извлекать на свет — только так они перестанут быть страшными. Любое излечение сопровождается болью, это закон природы. И сопротивление этой боли — нормальный процесс. Если есть сопротивление, значит, «процесс пошёл».

Поэтому ответ на ваш вопрос — люди боятся себя. Боятся выйти из той самой пресловутой «зоны комфорта», расширить границы своих представлений о себе и окружающем мире. Только так начнётся движение к чему-то действительно важному. Тот, кто пройдёт через этот страх, достигнет замечательной победы. И в отличие, например, от спорта, где ты порвал финишную ленту, получил кубок и через неделю радость утихла, здесь победа и результат — длящиеся процессы. Победив однажды, ты будешь наслаждаться этой победой всю оставшуюся жизнь. **■**