

Ървин Ялом - „Лъжи на дивана“

Три пъти седмично през последните пет години Джъстин Астрид започваше деня си с посещение при д-р Ърнест Лаш. Днешната му среща стартира като всяка от предишните седемстотин терапевтични сесии: в 7,50 сутринта, с изкачване на външните стълби на красиво боядисаната в люляково и тъмен махагон викторианска къща на Сакраменто Стрийт, след това през входното антре нагоре към втория етаж и после в слабо осветената чакалня на Ърнест, просмукана с богат, влажен аромат на италианско средно препечено кафе. Джъстин вдиша дълбоко, след което си наля кафе в японска чаша, декорирана с ръчно рисувано японско дърво, седна на твърдия зелен кожен диван и отвори спортната страница на „Сан Франсиско Кроникъл“.

Но Джъстин не можа да прочете статията за вчерашния бейзболен мач. Не и в ден като този. Беше се случило нещо изключително важно – нещо, което заслужаваше да се отпразнува. Той сгъна вестника си и се загледа във вратата на Ърнест.

В осем сутринта Ърнест остави папката на Сиймор Тротер в шкафа при останалите, хвърли бърз поглед към картоната на Джъстин, сложи в ред бюрото си, постави вестника си в едно от чекмеджетата, премести чашата си с кафе така, че да не се вижда, стана и точно преди да отвори вратата, се обърна да огледа кабинета си. Нямахме никакви видими следи от обитаемост. Това беше добре.

Отвори вратата и за миг двамата мъже се погледнаха в очите. Лекар и пациент. Джъстин с „Кроникъла“ си в ръка, Ърнест – с вестник, скрит вътре в бюрото му. Джъстин в тъмносин костюм и италианска раирана копринена вратовръзка. Ърнест в тъмносиньо сако и вратовръзка с флорален десен на „Либърти“. И двамата имаха по десетина кила в повече. Месата на Джъстин се надипляха в двойна и тройна гуша, докато коремът на Ърнест преливаше над колана му. Мустакът на Джъстин се извиваше нагоре, протягайки се към ноздрите. Подстриганата брада на Ърнест беше най-спретнатата му черта. Лицето на Джъстин беше живо, не оставаше и за миг спокойно, а погледът му беше напрегнат. Ърнест носеше огромни очила и можеше да издържи дълго време, без да мигне.

– Напуснах жена си – започна Джъстин, след като влезе в кабинета и се настани на един стол. – Вчера вечерта. Просто се изнесох. Прекарах нощта с Лаура.

Произнесе тези първи думи спокойно и хладнокръвно, след което спря и се загледа в Ърнест.

– Просто така? – попита Ърнест тихо, без да мигне.

– Просто така – усмихна се Джъстин. – Когато ми се изясни какво трябва да направя, не губя време.

През последните няколко месеца във взаимоотношенията им беше навлязъл лек хумор. Обикновено Ърнест го приветстваше. Надзорникът му, Маршал Страйдър, беше казал, че появата на хумор като спомагателно средство в терапията често е благоприятен знак. Но Ърнестовото „Просто така“ не беше добродушен коментар на спомагателното средство. Той бе разтърсен от съобщението на Джъстин. И подразнен! Лекуваше Джъстин от пет години – пет години, в които си скъса задника в опити да му помогне да напусне жена си! А днес Джъстин съвсем небрежно го информираше, че я е напуснал.

Ърнест си припомни първата им сесия, встъпителните думи на Джъстин: „Имам нужда да се измъкна от брака си!“. В продължение на месеци Ърнест старателно беше изследвал ситуацията. Накрая се съгласи: Джъстин трябваше да се махне – това беше един от най-лошите бракове, които Ърнест някога беше виждал. И през следващите пет години Ърнест беше използвал всеки познат му психотерапевтичен метод, за да помогне на пациента си да си тръгне. И всички те се бяха провалили.

Ърнест беше упорит терапевт. Никой никога не го бе упреждал, че не се опитва достатъчно. Повечето му колеги го намираха за твърде деен, твърде амбициозен в терапията си. Надзорникът му все го мъмреше: „Ей, каубой, намали темпото! Подготви почвата. Не можеш да принудиш хората да се променят“. Но в този случай дори Ърнест се видя принуден да остави всяка надежда. Макар никога да не спря да харесва Джъстин и да се надява на нещо по-добро за него, той постепенно започна да се убеждава, че Джъстин никога няма да напусне жена си, че е непоклатим, че е пуснал корени в този мъчителен брак и цял живот ще остане впримчен в него.

Тогава Ърнест постави на Джъстин по-скромни цели: да извлече максимална полза от лошия брак, да стане по-автономен в работата си, да развие по-добри социални умения. Това Ърнест го можеше, както и всеки терапевт. Но беше отегчително. Терапията се развиваше все по-предвидимо; никога не се случи нищо изненадващо. Ърнест се мъчеше да не се прозява и побутваше очилата си по гърбицата на носа, за да не задреме. Спря да обсъжда Джъстин с надзорника си. Представяше си как в разговор с Джъстин повдига въпроса за пренасочването му към друг терапевт.

И ето че днес Джъстин влиза и небрежно му съобщава, че е напуснал жена си! Ърнест се опита да прикрие емоциите си, почиствайки очилата си със стърчаща от кутията салфетка „Клинекс“.

– Разкажи ми, Джъстин.

Кофти подход! Моментално го усети. Надяна отново очилата си и надраска в тетрадката си: *грешка – поиска информация – контрапренос?* По-късно, на срещата с надзорника си Маршал, щяха заедно да обсъдят тези бележки. Но отсега знаеше, че беше глупаво от негова страна да измъква информация.

Защо той трябва да придумва Джъстин да продължи? Не трябваше да се поддава на любопитството си. Невъздържан – ето как Маршал го беше нарекъл преди няколко седмици. „Научи се да чакаш – би казал той. – Трябва да е по-важно за Джъстин да ти го каже, отколкото за теб да го чуеш. И ако той реши да не ти го каже, тогава ще трябва да се фокусираш върху причината да те посети, да ти плати и при все това да скрие от теб тази информация.“

Ърнест знаеше, че Маршал би бил прав. Все пак не му пукаше за техническата страна на въпроса – това не беше обикновена сесия. Спящият Джъстин се беше събудил и бе напуснал жена си! Ърнест погледна пациента си; дали си въобразяваше, или Джъстин изглеждаше по-стабилен днес? Нямахше го угодническото кимане с глава, прегърбването или шаването на стола, за да си намести белъто, нито пък колебливостта и извиненията, че си е пуснал вестника на пода.

– Ами щеше ми се да има какво повече да кажа – всичко протече толкова лесно. Все едно бях на автопилот. Просто го направих. Тръгнах си, ей така! И Джъстин млъкна. За пореден път Ърнест не можа да се въздържи.

– Разкажи ми повече, Джъстин.

– Трябва да има нещо общо с Лаура, младата ми приятелка.

Джъстин рядко говореше за Лаура, но когато го правеше, тя винаги беше просто „младата ми приятелка“. Ърнест намираше това за дразнещо. Но не се издаде и продължи да мълчи.

– Знаеш, че доста се виждаме с нея – може да съм омаловажил този факт. Не знам защо не съм ти казвал. Но с нея се виждам почти всеки ден, на обед, на разходка или в апартамента ѝ за малко креватни лудории. Напоследък започнах да се чувствам все по-пълноценен, с нея ми ставаше все по-уютно. И вчера в един момент Лаура съвсем естествено каза: „Време е, Джъстин, да се преместиш при мен“.

– И знаеш ли – продължи Джъстин, като приглади леко косъмчетата на мустака си, които го гъделичкаха в ноздрите, – помислих си, че е права. Че е време.

Лаура му казва да напусне жена си и той я напуска. За момент Ърнест се сети за едно есе, което някога беше чел, за чифтосването на кораловата риба. Морските биолози лесно разпознаваха доминантните женски и мъжки: те просто наблюдаваха плуването на женската и проследяваха как видимо се разстройва стила на плуване на повечето мъжки риби – на всички, с изключение на доминантните. Ах, тази мощ на красивата женска, била тя риба или човек! Невероятно! Лаура, едва завършила гимназия, просто каза на Джъстин, че е време да напусне жена си, и той ѝ се подчинил. Докато той, Ърнест Лаш, даровит, истински даровит терапевт, бе пропилял пет години в опити да измъкне Джъстин от този брак.

– А после – продължи Джъстин, – последната нощ вкъщи Карол ме улесни, като се държа по обичайния си противен начин, повтаряйки ми как не съм бил присъстващ. „Дори когато присъстваш, отсъстваш“, така ми каза. „Доближи си стола до масата! Защо винаги сядаш толкова далеч? Кажй нещо! Виж на какво сме заприличали! Кога за последен път по собствена инициатива си разговарял с мен или с децата? Къде си? Тялото ти е тук, но ти не си!“ В края на вечерята, когато разтребваше масата и гневно блъскаше и дрънчеше с посудата, тя добави: „Дори не знам за какво изобщо си прибиращ тялото вкъщи“.

И в този момент, Ърнест, внезапно ме озари: Карол беше права. Права е. За какво изобщо? Отново си зададох въпроса: За какво? И тогава, просто ей така, го изрекох на глас: „Карол, права си. За това и за всичко останало! Не знам защо си правя труда да се прибирам вкъщи. Напълно си права“.

Така че, без дума да кажа повече, аз се качих по стълбите и събрах всичко, което можах, в първия попаднал ми куфар и излязох от къщата. Искан да си взема още неща, да се върна за друг куфар. Знаеш я Карол – ще нареже и изгори всичко, което оставя. Искан да се върна за компютъра си – за него щеше да си послужи с чук. Но знаех, че сега беше моментът, сега или никога. Върнеш ли се в къщата, с теб е свършено, казах си. Познавам се. Познавам и Карол. Не погледнах ни наляво, ни надясно. Не спирах да вървя и точно преди да затворя входната врата, обърнах глава и извиках, без да знам къде бяха Карол или децата: „Ще ти се обадя“. И после се разкарах!

Джъстин се беше навел напред на стола си. Пое си дълбоко въздух, облегна се назад изтощен и каза:

– Това е всичко, което има да се каже.

– И това стана снощи?

Джъстин кимна.

– Отидох директно при Лаура и цяла нощ се прегръщахме. Боже, колко ми беше трудно да напусна обятията ѝ тази сутрин. Едва ли мога да го опиша, толкова ми беше трудно.

– Опитай – насърчи го Ърнест.

– Ами като започнах да се освобождавам от прегръдката на Лаура, изведнъж си представих амеба, която се дели на две – нещо, за което не се бях сещал от часовете по биология в гимназията. Ние бяхме като двете половини на амеба, която се разделя малко по малко, докато накрая остана да ни свързва просто една тънка нишка. После пук!, едно болезнено пук – и вече сме разделени. Станах, облякох се, погледнах часовника си и си помислих: „Само още четиринайсет часа и ще бъда отново в обятията на Лаура в леглото“. След което дойдох тук.

– Тази сцена с Карол последната вечер, мисълта за нея те ужасяваше години наред. Обаче сега изглеждаш в приповдигнато настроение.

– Както казах, Лаура и аз си пасваме, един за друг сме. Тя е ангел, произведен в рая специално за мен. Този следобед ще ходим на оглед, търсим си апартамент. Тя има едно малко студио в Рашън Хил. Страхотна гледка към „Бей Бридж“. Но е твърде малко за нас двамата.

Произведена в рая? На Ърнест му се доповръща.

– Де да се беше появила Лаура преди години! – продължи Джъстин. – Говорихме за това какъв наем можем да си позволим. Днес, докато идвах насам, започнах да изчислявам колко съм изхарчил за терапия. Три пъти седмично в продължение на пет години, колко прави това? Седемдесет, осемдесет хиляди долара? Не го приемай лично, Ърнест, но не мога да не се питам какво щеше да бъде, ако Лаура се беше появила преди пет години. Може би още тогава щях да напусна Карол. Както и да приключа с терапията. Може би сега щях да търся апартамент с осемдесет хиляди долара в джоба си!

Ърнест усети как лицето му пламва. Думите на Джъстин прокълбяха в главата му. *Осемдесет хиляди долара! Не го приемай лично, не го приемай лично!*

Но Ърнест не се издаде. Нито мигна, нито се защити. Нито пък изтъкна, че преди пет години Лаура е била на около четиринайсет, а Джъстин не можеше да си избърше задника без позволение на Карол, не можеше да изчака до пладне, без да се обади на терапевта си, не можеше да избере какво да си поръча в ресторанта, без жена му да го насочи, сутрин не можеше да се облече, ако тя не му приготвеше дрехите. И между другото, сметките ги плащаше жена му, не той – Карол печелеше три пъти повече от него. Ако не били петте години терапия, щял да има осемдесет хиляди долара в джоба си! Глупости, преди пет години Джъстин не би бил в състояние да вземе решение в кой джоб да ги сложи!

Но Ърнест не изрече и дума. Почувства се горд със своята въздържаност, ясен знак за израстването му като терапевт. Вместо това невинно попита:

– Значи си щастлив във всяко отношение?

– Какво имаш предвид?

– Имам предвид, че това е важно събитие. Със сигурност трябва да буди у теб всякакви чувства.

Но Джъстин не отговори така, както на Ърнест му се искаше. Не съдействаше особено, изглеждаше резервиран и недоверчив. Накрая Ърнест си даде сметка, че не трябва да се фокусира върху съдържанието, а върху процеса – върху връзката между пациент и терапевт.

Процесът е магическият амулет на терапевта, който винаги върши работа в моменти на безизходица. Това е най-мощната му търговска тайна, единственият способ, който прави разговора с него по-различен и по-ефикасен от разговора с близък приятел. Да се фокусира върху процеса – върху случващото се между пациента и терапевта – беше най-ценното, което научи от срещите си с Маршал, и не на последно място, най-ценното, на което самият той учеше специализантите, когато ги съветваше. През годините постепенно стигна до извода, че процесът не беше само амулет, който ползваш, когато загазиш; той беше самата същност на терапията. Едно от най-полезните учебни упражнения, дадени му от Маршал, беше да се фокусира върху процеса поне в три различни момента на всяка сесия.

– Джъстин – осмели се Ърнест, – можем ли да видим какво се случва между двама ни днес?

– Моля? Какво имаш предвид под „както се случва“?

Продължава да се съпротивлява. Прави се, че не разбира. Или може би се бунтува, помисли си Ърнест. Но и в пасивния бунт няма нищо лошо. Помни си онези десетки часове, в които бяха работили върху вбесяващата сервилност на Джъстин – сесиите, прекарани в обсъждане на тенденцията му да се извинява за всичко и да не се моли за нищо. Не бе способен да се оплаче дори от сутрешната светлина в очите си и да попита дали не могат да се спуснат щорите. Затова Ърнест знаеше, че трябва да аплодира

Джъстин, да го подкрепи, заедно е заел позиция. Днешната задача беше да му помогне да изрази открито съпротивата си.

– Имам предвид как се чувстваш, като разговаряш днес с мен. Има нещо различно. Не мислиш ли?

– Ти какво чувстваш? – попита Джъстин.

Опа! Още един отговор, нетипичен за Джъстин. Декларация за независимост. Бъди щастлив, помисли си Ърнест. Спомни си радостта на Джебето, когато Пинокио затанцува за първи път без въжетата.

– Добре, Джъстин. Ами чувствам се пренебрегнат, изключен, сякаш нещо важно ти се е случило – не, не се изразих точно. Нека го кажа по друг начин: сякаш благодарение на теб ти се е случило нещо важно и ти искаш да го запазиш за себе си, все едно не искаш да си тук, все едно искаш да ме изолираш.

Джъстин кимна разбиращо.

– Точно така, Ърнест. Съвсем точно. Да, аз наистина чувствам това. Аз наистина искам да го запазя за себе си. Искам да продължа да се чувствам добре. Не искам да бъда потискан.

– Аз ли те потискам? Ще се опитам да ти го отнема ли?

– Ти вече се опита – каза Джъстин, гледайки Ърнест право в очите, което не беше типично за него.

Ърнест повдигна вежди въпросително.

– Не направи ли точно това, като попита дали в крайна сметка съм щастлив във всяко отношение?

Ърнест притаи дъх. Леле! Какво истинско предизвикателство от страна на Джъстин! Може би все пак беше научил нещо от терапията! Сега Ърнест се направи, че не разбира.

– Какво имаш предвид?

– Разбира се, че не се чувствам щастлив във всяко отношение. Напуснах Карол и децата завинаги и изпитвам всякакви чувства. Не си ли наясно с това? Как може да не си? Та аз току-що зарязах всичко: дома си, лаптопа си „Тошиба“, децата си, дрехите, колелото, ракетите за скуош, вратовръзките, телевизора „Мицубиши“, видеокасетите, сидитата. Знаеш я Карол – няма да ми даде нищо, ще унищожи всичко мое. Ох... – Джъстин направи гримаса, скръсти ръце и се запревива така, сякаш току-що го бяха ударили в корема. – Тази болка тук, мога да я достигна, разбираш ли колко е близо. Но днес, за един ден, исках да я забравя, дори само за няколко часа. А ти не искаш това да ми се случи. Ти дори не изглеждаш доволен, че най-накрая напуснах Карол.

Ърнест се изуми. Толкова ли му личеше? Какво би направил Маршал в тази ситуация? По дяволите, Маршал не би *се оказал* в такава ситуация!