

зия не была бы полностью безопасной, потому что воспоминания о конюшне в свое время слились с ее дядей.

И все же г-жа М. уже достаточно зрелая, чтобы отличать невинных животных от виновных людей. Мне жаль, что ее отношение к конному делу как к ценности с течением времени ослабло. Но у нее еще есть время. Кто знает, что готовит ей будущее?

**Шёнфельд:** На прощание я делюсь с г-жой М. метафорой, в которой жизнь сравнивается с мозаикой (Лукас). В ней есть светлые и темные камешки. Есть даже такие драгоценные камни, как ее дети, подруги, муж. Попадают также драгоценные камни, которые она добавила сама, храбро разобравшись с тем, что ей пришлось пережить. Место посередине занял черный-пречерный камень. Достоин ли он быть в центре ее жизненной истории? О нет, по ее словам, она давно уже спихнула его в сторону. Ни один камень, который все-таки попал на картину, уже не выкинуть (из истинной истории). Но пустоты между камнями можно заполнять, пока она жива. Чтобы завершить свою картину, г-жа М. намерена выбрать по возможности самые ценные камни. Ей импонирует, что светлые камни, добавленные лично ею, проявляются только рядом с темными. В будущем она хочет усилить контрастный эффект, не позволять неприятностям выводить ее из себя, а реагировать на них «великодушно».

У нее есть идея. Во время семейных поездок на природу она наберет разноцветных камешков, перышек и веточек. Затем она попросит мужа соорудить ей крепкую рамку для картины. В рамку она поместит искусный коллаж, мозаику, которая будет отражать ее жизнь. Она будет внимательно следить за тем, *что* будет преобладать на картине, ведь это она ее создает. Образ ее коллажа определит не материал, а она сама...

Г-жа М. покидает мой кабинет энергичной походкой с высоко поднятой головой.

А мне еще раз довелось стать свидетелем того, что никакая травма не может «сломать» человека, если в нем побеждает «воля к смыслу».

**Лукас:** Ни для кого не секрет, что всем нам придется умереть. Но живем мы, обычно об этом не думая. Мы мыслим и действуем так, будто жизнь будет продолжаться вечно, и строим планы лишь по поводу того, каким будет это продолжение. Однако мало кто способен без страха принимать тот факт, что он и его близкие умрут, по крайней мере, если на то нет серьезного повода. Поэтому серьезный повод или сама внезапная смерть так сильно выбивают нас из колеи. Они сметают все иллюзии «бесконечности» и заставляют человека, это властное существо, пасть на колени. Все регалии власти, такие как материальное имущество, почет, слава и положение в обществе разбиваются у безжалостной предельной черты, которая нам уготована. Когда мы по-настоящему это осознаем, происходящее кажется нам чудовищным, и это осознание остается с нами навсегда...

Все же неплохо было бы задумываться о проблеме смерти еще в течение жизни (по возможности без повода). При этом нам не станет менее тяжело, когда от нас будут уходить родные и друзья — горечь утраты должна быть. Но мы будем меньше заблуждаться, не будем жить только для себя, начнем работать в качественно ином ключе: не в направлении желаемого будущего, а в направлении *нашей собственной личности*.

Виктор Франкл обратил внимание на то, что наша личность, определяемая всей полнотой качеств, которые нас характеризуют и составляют наше Я, остается незатронутой нашей смертью — в отличие от регалий власти. Как же так? Задумаемся, к примеру, о некой бабушке, которая с любовью и нежностью обращается со своими внуками. Что произойдет, когда она умрет? Она *была* доброй и нежной. Смерть может прервать ее бытие, но она не может изменить то, кем эта бабушка являлась, какой она была. Смерть не может превратить ее в жестокую и зловредную старуху. Смерть не может повлиять на то, как человек прожил свою жизнь. К исторической истине смерть

не имеет доступа. То, что однажды имело место, навсегда превратилось в истину, и поэтому наша личность навечно остается нетронутой. Это так в отношении кого и чего угодно. Возьмем скрягу, который никогда никому ничего не дал и заботился исключительно о своем обогащении. *Это* тоже войдет в нетленную истину и составит уникальную личность этого человека.

Конечно, можно сказать: «Да после меня хоть потоп! Через сто лет никто не будет знать, кем и каким я был...» Это правда, на земле все забывается. Даже если остаются памятники и учебники истории — в итоге все исчезает. Несмотря на это, ничто из забытого не выпадает из истины. Возможно, «по ту сторону земного» то, что в ней значится, имеет значение. Франкл считал, что в конечном итоге каждый сам для себя создает ад или рай, в зависимости от того, что про него «написано» в истине.

Если следовать этой мысли, то вопрос о том, что же важно в жизни, получает новую перспективу. Дело не в накоплении вещей и предметов роскоши, которые все равно придется отдать, самое позднее — после смерти. Дело также не в том, чтобы снискать почет и обожание людей, которых мы все равно покинем, опять же, самое позднее — после смерти. Но должно же быть что-то важное, что останется от нас после смерти?! И на этот вопрос есть единственный ответ: останется только *истина о нас и нашей прожитой жизни*. Поэтому в жизни важно стать таким человеком, личностью которого ты сам в глубине души был бы искренне доволен.

Заметим: с такой точки зрения продолжительность жизни человека теряет значение, а реализованная полнота смысла жизни обретает его.

**Шёнфельд:** Женщина по телефону говорит мне, что у нее дома работает сиделка, которая ухаживает за ее престарелым отцом. Сиделку очень любит вся семья. Сейчас все беспокоятся за нее, потому что два месяца назад у нее умер сын. На нее жалко смотреть. И хотя она по-прежнему с усердием выполняет свою работу, она близка к отчаянию. Женщина, которая звонит, спрашивает, не мог-

лали бы я встретиться с сиделкой. Таким образом, г-жа Н. попадает ко мне. На тот момент ей было 58 лет.

Было заметно, что она старалась взять себя в руки, но то и дело начинала горько плакать. Постепенно я узнала ее историю.

Г-жа Н. выросла на окраине большого города и после окончания школы работала в пищевой отрасли. Она забеременела, вышла замуж, родила двоих детей. Через 10 лет, вскоре после рождения третьего ребенка брак распался и муж ушел. Тяжело трудясь, она долгие годы одна обеспечивала себя и троих детей. Затем решила переехать в другой регион Германии, где, как она думала, условия будут лучше. Но это оказалось не так. И она снова вынуждена была изнурительно трудиться. Когда двое ее старших детей выросли, они быстро обзавелись собственными семьями и уехали далеко в другой город. Г-жа Н. подыскала для себя и своего младшего сына Тома маленькую квартирку за городом, уютную и недорогую. Сын стал ездить учиться в большую пекарню, до которой ему было довольно далеко добираться на автобусе и поезде, но его это не волновало.

Г-жа Н. хотела сменить место работы и переквалифицировалась в сиделку для пожилых. Ей нравилось работать с престарелыми и слабыми людьми, это соответствовало ее приветливой и заботливой натуре. Преимущество было в том, что обучение на сиделку длилось всего год и г-жа Н., несмотря на финансовые трудности, могла позволить себе его оплатить. Она видела в этом шанс на будущее и каждый день по полтора часа ходила пешком до места обучения и столько же обратно, чтобы сэкономить деньги на рейсовом автобусе.

Потом наступили вполне хорошие времена. Благодаря тому, что в ее профессиональной сфере была нехватка специалистов, она сразу же нашла себе место в мобильной службе ухода за пожилыми и каждый день увлеченно трудилась. Ее сын Том тоже закончил обучение, пекарня взяла его на работу. Зарплата его была невелика, но у него была профессия, которая ему нравилась и которая давала

возможность карьерного роста. Он искал для себя квартиру поближе к работе, и мать его в этом поддерживала.

За этот относительно счастливый период г-же Н. удалось отложить немного денег, и она позволила себе первый отпуск за многие годы: пять дней на термальном источнике по специальной цене. Какой это был отдых! Каждый вечер она созванивалась с сыном. На третий день, в пятницу, Том сообщил, что у него режущие боли в животе. Они не были очень сильными, но причиняли ему довольно чувствительное беспокойство, из-за чего он взял отгул. Он был уверен, что за выходные поправится. Идти к врачу он отказался, потому что ему было не настолько плохо. Г-жа Н. снабдила его информацией, как лечиться дома: пить ромашку, класть грелку на живот и лежать в постели. Через два дня она уже возвращалась домой.

На следующий день она ему не дозвонилась, написала несколько sms, но ответа не было. Через полдня она уже не находила себе места от беспокойства и позвонила его брату и сестре и нескольким коллегам — никто ничего не знал. В итоге она попросила соседа Тома, которого знала, позвонить ему в квартиру и, если Том не откроет, самому открыть дверь запасным ключом. Вскоре она получила сообщение: Том лежал в гостиной мертвый.

У г-жи Н. случился нервный срыв. Сосед забрал ее на машине.

**Лукас:** Да, таковы они, ужасные трагедии, которые совершенно невозможно понять, против которых все в человеке восстает, которые просто не укладываются в какое-либо представление о справедливости. Такого не должно быть, и все же оно происходит. Никогда, никогда не получится смириться с этим. Человек никогда больше не будет прежним. Что-то разбилось навсегда.

Да, таковы они, сокровища, которые человек получает в течение жизни и к которым будто прикреплен договор об обладании ими человеком. У сокроищ есть характеристики, собственные параметры, они существуют во времени и пространстве — не больше и не меньше. Но это только видимость. Они не «принадлежат» нам, не даны

нам навсегда, а пожалованы во «временное пользование». Возьмем сорокасантиметровое драгоценное кольцо. Оно делает владелицу богаче и радостнее, хотя длина его не 50, не 60 и не 70 сантиметров. Возможно, владелица и хотела бы, чтобы оно было длиннее, но она же не выкинет его из-за его недостаточной длины. То же самое касается сокроищ нашей жизни. Мы хотим их в неограниченном количестве, но сам факт, что мы их получили именно в таком размере и количестве, — это уже чудесный подарок!

Г-жа Н. получила такой подарок — Тома. Если бы она не родила мальчика, у нее было бы гораздо меньше родительских забот. Она могла бы больше себе позволить, и — главное — ей не пришлось бы теперь горевать по нему. Было бы это лучше? Если задать этот вопрос г-же Н., она, конечно, испуганно отмахнулась бы. Конечно, нет! «Подарок» Том, каким он был, представлял ли он достаточную ценность, чтобы воспитывать его, испытывать финансовые трудности? Был ли он достоин огромной боли утраты? Что выбрала бы г-жа Н., если бы у нее был гипотетический выбор: «Нет Тома — нет печали, есть Том — есть печаль»?

В своей практике я часто ставила такой вопрос перед людьми, которые жаловались на утрату любимых. Никто из них не сделал выбор «против» умерших. Каждый, немного подумав, признавал их ценность в своей жизни — именно таких, какими они были, и, находясь в отчаянии, благодарили за это. Сорокасантиметровое кольцо — это гораздо больше, чем его отсутствие. Сын двадцати лет — это тоже бесконечно больше, чем никакого сына. То, что навсегда разбилось у г-жи Н., это не ее любовь к Тому, а также не ее радость от его (бывшей) жизни. Это ее претензия на бесконечное продолжение. Как уже говорилось, смерть сметает всякую «иллюзию бесконечности»...

**Шенфельд:** С момента трагедии прошло два месяца. Г-жа Н. плачет, всхлипывает и снова плачет. Я прошу ее рассказать мне про Тома и слышу исключительно хорошие вещи. У ее старших детей всякого рода проблемы. Старший сын подумывает о разводе, дочь необду-

манно пошла на риск и осталась без работы. Том же, напротив, был прилежным и надежным. Он копил деньги, чтобы самому оплачивать свое жилье и не висеть на шее у матери. Он был добродушным, с ним было легко ладить. У него был веселый нрав, он любил помогать другим, и его все любили. «Теми словами, которыми вы его описываете, — вставаю я, — вы воздвигаете ему памятник». Она кивает. Да, по-другому про Тома и не скажешь, ни разу с ним не было серьезной ссоры. Если у него с матерью и случались конфликты, они всегда, поговорив, могли прийти к согласию. Никогда не оставалось никакой вражды. Их последний телефонный разговор тоже прошел хорошо. «Не беспокоя обо мне», — таковы были прощальные слова Тома, когда он лежал дома с болью в желудке.

Я подхватываю эту мысль. Разве это не чудо среди такого несказанного горя? Ни одно плохое слово, ни одна ссора не омрачает ее память о сыне. Ее боль связана исключительно с пережитой утратой. Никакая печаль о невысказанном добром слове или о неудавшемся примирении не легла на нее дополнительный грузом. Я знаю случаи, когда смерть члена семьи произошла так же внезапно, но столь важное «прости меня» произнесено не было. В случаях, когда примирение стало невозможным, это упущение обостряло боль, как едкая кислота. А г-жа Н. испытала «счастье в несчастье», потому что смогла построить и поддержать гармоничные отношения с сыном на протяжении всей его жизни.

Г-жа Н. со слезами на глазах соглашается. Она хотела бы быть сильной, она заставляет себя «функционировать», но боль атакует ее постоянно. Она оплакивала бы любого из своих детей — неважно, что он делает и как живет. Она, без сомнения, любит их всех, но Том был особенным. Они почти всю его жизнь прожили вместе и отлично ладили. За остальными ей всегда нужно было приглядывать, они могли натворить всякого, но Томом она могла лишь гордиться. Он был для нее самой большой ценностью в мире.

**Лукас:** Нам нечего возразить против того, что мать превозносит сына в своих воспоминаниях. Это позволено материнскому сердцу, переживающему боль утраты. Мы все равно не можем объективно оценивать прошлое и всегда смешиваем его с нашими текущими суждениями.

Кстати, эта проблема известна и историкам. Например, если знаешь, как закончилась битва, невольно начинаешь думать, будто враждующие армии должны были предвидеть исход и потому действовать гораздо умнее. Но на момент битвы их положение представлялось им совсем иным. Такое же бремя лежит на высказываниях свидетелей в полиции или суде. Суждения после события никогда не совпадают с предположениями и планами до него.

Психологические и биологические эксперименты в области исследования памяти доказывают: мы видим прошлое сквозь окрашенные в разные цвета стекла очков. В высказываниях пациентов на психотерапевтических сеансах эти стекла часто окрашены в темный цвет. Пациенты видят свое детство и предыдущую жизнь более печальными и давящими, чем они были на самом деле. Но бывают и светлые оттенки «старого доброго времени, которое, к сожалению, никогда не вернется», хотя, как правило, не все было таким глянцевым, как позже отражается в памяти.

Даже учитывая этот феномен, нельзя думать, что г-жа Н. не в праве «воздвигать памятник» умершему сыну. В более мягкой формулировке — *Том сам воздвиг себе довольно впечатляющий памятник*. Мы уже поняли, что личность человека не исчезает из истинной истории, а находится под ее защитой. И то, что теперь значит под именем «Том», что навсегда перешло в вечность, оказавшись по ту сторону кладбищ и всякого обыденного пространства, достойно любви и радости. Это личность человека, который еще в юные годы был прилежным, добродетельным, веселым, надежным, обходительным и т.д. Человека, который вырос без отца, с перегруженной заботами матерью, который должен был справлять-

ся с переездами и финансовыми трудностями и, несмотря на юный возраст, без проблем смог покинуть родное гнездо. Человека, который, несмотря на тяжелый труд, продолжал работать не ворча и не уклоняясь и завоевал уважение своих коллег. Человека, которому удавалось решать семейные конфликты и быть другом и опорой старшей матери. Это повод для искренних поздравлений! И ничего, ни крупинки из этого счастья не заберет.

Об этом нам стоит задумываться еще при жизни: «Каж-дое действие — это памятник самому себе!» (Франкл). Над каким вечным памятником себе *мы* сейчас трудимся?

**Шёнфельд:** Я рассказываю г-же Н. на связь между ее большой скорбью и большой любовью. Одно обуславливает другое. Есть умершие, по которым никто не плачет. Есть и такие, после смерти которых родственники облегченно вздыхают. А есть анонимные смерти, о которых не знает никто. В ее же случае было глубокое чувство любви, и оно «живет в ее скорби дальше». Эти слова Франкла ей нравятся. Я рассказываю, что профессор Франкл, пребывая в концлагере во время Второй мировой войны, не знал, жива ли еще его молодая жена, с которой они только недавно поженились. Это не помешало ему вступить с ней во внутреннюю беседу. Позже он писал, что не общался бы с ней менее душевно, знай он, что она уже мертва...<sup>1</sup>

Я продолжаю осторожно следовать за нитью этой мысли: г-жа Н. не бедная женщина. Она «богата». Каждая ее слезинка доказывает ее богатство. Она обогатилась за то время, пока была с сыном. Она обладает настоящим бриллиантом в сокровищнице своей жизни. Бедны те, кто не имеет таких сокровищ, *бедны те, кому не приходится скорбеть*, потому что они никогда не любили. Г-жа Н. отвечает: «Если моя боль сейчас настолько же сильна, насколько прекрасно то хорошее, что было в моей жизни, значит, она будет длиться еще долго».

1 Frankl Viktor E. ...trotzdem Ja zum Leben sagen. München: Pen- guin, 2018. S. 64f. (Франкл В. Сказать жизни «да!». — Прим. пер.)

Да, возможно. Ей следует не защищаться от боли, а при- ветствовать свою скорбь, ведь она — знак и печать нераз- рывной связи между ней и умершим сыном.

Из-за занятости г-жа Н. смогла прийти ко мне толь- ко через три недели. В этот раз она немного улыбается, но признается, что иногда ни с того с сего начинает пла- кать. Ее знакомые советуют ей переехать, потому что в ее квартире многое напоминает о Томе. Но она не хочет — ей нравится квартира и воспоминания о сыне. Она гово- рит, что он хотел перебраться в свою квартиру, поэтому ей все равно пришлось бы жить одной. Осознавая «бо- гатство» внутри себя, о котором мы говорили, она купи- ла ведро краски, надела футболку Тома (символ близос- ти к нему) и покрасила стены его комнаты в другой цвет, чтобы теперь жить в ней самой. Я поддерживаю ее. Это прогресс на пути к ее «душевному воскресению». Том был бы ею доволен!

Мы говорим о страдании. Оно не шадит никого. Мно- гие хотели бы от него избавиться. Они надеются на после- вичу «с глаз долой, из сердца вон» и позволяют прописы- вать себе успокоительные и снотворные, чтобы заглушить свою боль. Но страдание не прогнать, при разного рода обстоятельствах оно снова взвешется вверх. Г-жа Н. сме- лее. Она не бежит от боли и стойко переносит ее. Фото- графии с сыном стоят на ее столе, когда она завтракает, — она выдерживает и это. Как прекрасно! Таким образом, он все еще «с ней».

Я делаю вывод: Том — это сокровище ее жизни, он по- прежнему рядом с ней, и он защищен вдвойне: во-пер- вых, вечной истиной о его примерной личности, а во-вто- рых, ее сердцем с нерушимой материнской любовью. Ни малейшая тень ссоры или вражды не омрачает вос- поминания о нем. Напротив, наряду со скорбью, у г-жи Н. постепенно может возникнуть новое чувство, а имен- но *чувство глубокой благодарности*. Оставив притязания на вечное продолжение жизни, она будет иметь все осно- вания благодарить судьбу за то, что получила в подарок такого сына.

**Лукас:** После того как ученые, исследующие человека, посвятили многие годы посттравматическим расстройствам, к которым привела бесчеловечность войн XX века, и их лечению, они столкнулись с исключительным человеческим талантом под названием «резильентность». Точно так же, как человек способен на невероятную жестокость, на дьявольские поступки похлеще всякого ночного кошмара, в его поведении, наоборот, может быть больше благородного и ангельского, чем это вообще считается возможным. К невероятным высотам, до которых люди могут подняться, относятся экстремальные жертвы, на которые они готовы пойти из любви к другим, или способность превратить неизбежное страдание в личное достижение. Франкл приводил поразительные примеры из лагерей пленных. Именно духовная мощь в человеке позволяет ему возвыситься...

Под профессиональным термином «резильентность» понимают способность человека героически принимать драматические события и триумфально с ними справляться. Некоторые личности обладают иммунитетом к травмам, бросающим тень на их жизнь. Они проходят через жуткие вещи, надламываются, их обжигает боль, но потом они восстанавливаются и наполняют остаток своей жизни усердным трудом и даже плодотворно используют пережитые страдания. Специалисты гадают, что дает им прилив сил для этого. Это вера в бога? Это мотивирующее их воображение? Это упрямство по отношению ко всемогущей судьбе? Неизвестно. Пока у таких людей выявили лишь *одно* сходство: они могут полностью отдаться «смыслу момента» (Франкл), при этом не позволяя пережитому опыту мешать себе.

Трагические события всегда бросают нас на границу между двумя жизненными периодами. Предыдущий жизненный отрезок в определенном его виде подошел к концу, потому что возможность его продолжения была перечеркнута. В случае г-жи Н. это ее контакт с живым сыном. В следующий жизненный отрезок нужно еще суметь вступить и наполнить его светом. Если его будет опреде-

лять только «пустота после перечеркнутой возможности продолжения», то от него захочется в испуге отшатнуться. Это может привести к тому, что в настоящем времени из-за сплошных жалоб по поводу прошлого и страха по поводу будущего человек застрянет на границе между жизненными отрезками.

Необходимо уяснить следующее: *настоящее – это единственное время, которым мы располагаем*. Если мы упустим возможность использовать полноту смысла настоящего момента, будучи ослепленными враждой, злобой или печалью, направленными назад в прошлое, то настоящее перетечет в прошлое, а будущее последует за ними – будущее, в котором у нас, таким образом, появится дополнительное основание жаловаться (помимо уже существующей печали) по поводу того, что мы упускаем утекающее от нас настоящее. И все это составит неподкупную истину. Выражаясь утрированно, можно утверждать следующее: *то, что сегодня погублено, погублено навсегда, и завтра мы об этом пожалеем*.

Исследования травмированных ветеранов войн показывают, что их душевные раны затягиваются, когда они тренируют молодежь в спортивном клубе или активно занимаются волонтерством. В других исследованиях, которые ученые проводили с участием жертв несчастных случаев, было обнаружено, что реабилитацию успешнее и быстрее проходит те, кто не позволил гневу, злости или причинам несчастного случая одолеть себя, а вместо этого проявил гибкость и сконцентрировался на том, как справиться с адаптацией и как преодолеть возникшие проблемы. Печаль по поводу случившегося ни в коем случае не выводилась в этих успешных историях за их рамки, а можно сказать, составляла их непосредственную часть. *Потому что* ценность жизни увеличилась и человек ничего больше не отбрасывал с пренебрежением как «само собой разумеющееся», он формировал свое настоящее более бережно. Нечто подобное можно заметить и у г-жи Н. Она не позволяет вырвать из своих рук задачу по исполнению «смысла момента». Она не только

в полном объеме выполняет свои рабочие обязанности, но и делает ремонт в комнате сына. Моя коллега талантливо поощряет все признаки зарождающейся «резильности» своей пациентки и таким образом защищает ее от погружения в реактивную депрессию.

**Шёнфельд:** Однажды я говорю г-же Н. о возможности присоединиться к группе взаимопомощи родителей, потерявших детей. Такие группы дают утешающий эффект. С одной стороны, они придают человеку уверенность, что он не одинок в своем горе и скорби и у него есть товарищи по несчастью, которым так же худо, как ему. Это давно известная практика, подтверждающая, что боль легче перенести на нескольких плечах. С другой стороны, каждый чувствует, что там его понимают, как нигде. Кто не испытал того, что довелось испытать ему, не может участвовать в этом разговоре. Утешающие слова людей со стороны всегда пресные, что является слабым местом психологов-консультантов по вопросам преодоления кризиса. А в группах взаимопомощи встречаются люди «знающие». Они прекрасно знают, каково это — пережить подобное...

В группах взаимопомощи родителей, переживших потерю детей, действует правило, согласно которому ради своих умерших детей родители должны вытягивать себя из полного отчаяния. Если, глядя назад, они отчаиваются, то сваливают на детей груз ответственности за то, что они стали причиной катастрофы в жизни своих родителей. Но детям должно быть разрешено оставаться теми, кем они были с самого начала: поводом для родительской радости. Исполнилось ли им два месяца или двадцать лет — неважно, их существование должно оставаться мотивом для радости! Г-жу Н. этот аргумент сразу убедил. Ее Том был слишком хорош, чтобы из-за своей смерти быть «виноватым» в катастрофическом состоянии матери. А вот быть поводом для радости... однозначно да!

Г-жа Н. словно пробудилась. Тому вовсе не понравилось бы видеть ее постоянно плачущей. Он всегда уважал то, с каким мужеством она справлялась с жизнью. Что ж, он все еще может уважать ее, говорит она.

Мысль об отношении Тома к разным вещам снова становится актуальной. Впереди уличный праздник, на который г-жа Н. по традиции ходила вместе с Томом. В одном и том же киоске они покупали воздушные шары, крендели и жареный миндаль и лакомились в праздничной толпе. Так было каждый год, и они отлично веселились. Идти ли г-же Н. туда теперь? Ведь она так горюет — не доставит ли ей праздничная суета слишком много боли? А что подумают знакомые, если встретят ее на веселом празднике спустя всего полгода после смерти сына? Наверно, лучше запереться дома? Она колеблется.

Мы вместе размышляем, что сказал бы Том, если бы сидел сейчас с нами. Трудно угадать, считает г-жа Н. Она долго думает, но потом приходит к уверенному ответу. Тому не понравилось бы, если бы его мать засела дома. Она всю жизнь была сильной женщиной, уверенно справлялась со всеми трудностями и ударами судьбы, и это Тому импонировало. Он был уверен в своей «сильной маме». Если бы он мог сегодня говорить с нами, то захотел бы, чтобы «сильная мама» вернулась. Мама, которая не сдастся и смело идет по жизни. Тому это понравилось бы, она абсолютно уверена в этом.

Что же подходит к этому образу лучше? Сидеть дома в одиночестве (что тоже вполне оправданно) или пойти на праздник? Г-жа Н. вдруг решает посетить праздник и пойти именно к тому месту, где продают крендели и жареный миндаль. Она купит их себе, даже если по щекам будут течь слезы. Шарик она тоже приобретет и подмигнет Тому: «Сынок, пусть они долетят до тебя!» Потом она вернется домой, и даже если боль будет пронзать ее сердце, она скажет Тому: «Смотри, я очень хочу быть мужественной... Я так рада, что ты у меня был... я борюсь ради тебя, чтобы ты гордился своей мамой... смотри — в каждой минуте, в каждой слезинке, в каждой тяжелом шаге моя любовь к тебе продолжает жить».

**Лукас:** Наша жизнь — это произведение незаконченное. Поскольку мы существа несовершенные, наши жизненные дела тоже хрупки и небезупречны. Мы мо-

жем только честно прилагать усилия, чтобы искать, находить и реализовать смысловые возможности. Гарантий нет никаких. Нет ни уверенности в том, что действительно имеет смысл то, в чем мы его видим, ни в том, что нам удастся воплотить в жизнь то, в чем мы этот смысл увидели. Неудачи — это обязательная составляющая творчества «человек».

Но, возможно, достаточно уже тех самых «честных усилий», независимо от результата. Возможно, достаточно и того фрагмента, который мы в итоге воплотим в жизнь. Ведь во всех жанрах искусства есть «незавершенные» работы, которые тем не менее относятся к самым прекрасным. И в искусстве так же не играет роли то, насколько масштабно произведение, а играет роль его содержание.

Настало время внести исправления в список пожеланий с ориентировкой на престиж, счет в банке и образовательный статус. Ведь короткая жизнь славного подмастерья из пекарни Тома *была маленьким произведением искусства*. Достойной формой своей скорби его мать добавляет к произведению своей жизни ценную деталь. Было бы здорово, если бы мы в ходе наших размышлений о проблематике смерти на примере истории г-жи Н. извлекли следующие уроки:

1. Все в жизни дано нам во временное пользование, и ничто на земле нам не принадлежит. Единственное, что нам принадлежит, — это истина о нас самих.
2. Не нужны никакие памятники, потому что каждый человек воздвигает себе памятник сам, в зависимости от того, как он действовал при жизни.
3. Ценность человеческой жизни измеряется вовсе не критерием богатства, связанного с алчностью общества.

Одних только этих выводов было бы достаточно, чтобы мы возвысились духовно, обогнав несколько стадий развития.

**Шёнфельд:** Спустя месяц г-жа Н. снова у меня. Несколько раз она была на встречах группы взаимопомощи и рассказывает о поминении усопших, которое

эта группа провела на кладбище, что ее глубоко тронуло. Что ж, она воспринимает это как знак и печать неразрывной связи между ней и Томом.

Затем она рассказывает о своей работе. В семье, где она сиделка, живет молодая мать, чей младенец смертельно болен. Она помогает ей с глубоким сочувствием. А женщине 92 лет, за которой она ухаживает, пришлось лечь в больницу, где г-жа Н. по собственному желанию ее навестила, чему пожилая женщина удивилась и обрадовалась. Таким образом, очевидно, что г-жа Н. активно действует в настоящем. «Смысл момента» призывает ее также быть рядом с двумя ее взрослыми детьми, за которых она переживает. В их жизни сейчас непростые времена, и г-жа Н. хочет их поддержать.

Я вижу, что своим взором г-жа Н. охватывает теперь намного больше. Она стала чувствительнее к страданиям других. Это ей чрезвычайно помогает. Сильная боль, которая сковала ее железной хваткой, ослабевает и освобождает ее волю к жизни. Идет процесс исцеления! Ее скорбь о сыне никогда не исчезнет, и она не должна исчезать, поскольку материнская любовь тоже не иссякнет. Скорбь станет верным спутником в жизни г-жи Н., точно так же, как ее благодарность за Тома.

Известная цитата Франкла гласит: «Страдание делает человека пронизательным, а мир прозрачным»<sup>1</sup>. Я думаю, что г-жа Н. приобшилась к этой «проницательности», поэтому я могу спокойно отпустить ее.

### Храбрая Одетта

**Шёнфельд:** Логотерапия Виктора Франкла — это чрезвычайно сложный концепт. Весь его труд стоит на глубоко заложенном философском фундаменте. Все психологические методы, его представление о человеке и теория мотивации имеют основательно продуманный базис. Всякое

1 *Frankl Viktor E. Logotherapie und Existenzanalyse. Weinheim und Basel: Beltz, 2010. S. 136. (Франкл В. Логотерапия и экзистенциальный анализ. — Прим. пер.)*