

18+



ДИАЛОГИ

ЕХИДНОГО ПСИХОЛОГА



ВИКТОРИЯ ФОМИНА

СЕРИЯ «АЛГОРИТМ РОЙТМАНА» УДОСТОЕНА ЗОЛОТОЙ МЕДАЛИ
МЕЖДУНАРОДНОЙ АКАДЕМИИ  СОВРЕМЕННЫХ ИСКУССТВ
В НОМИНАЦИИ «ЛИТЕРАТУРА»



Виктория Фомина

Диалоги ехидного психолога

<https://litres.ru/74340764>

ISBN 9785007096096

Аннотация

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.

Книга написана по материалам тренингов Александра Ройтмана, однако, выходит за рамки традиционной психологической литературы, балансируя на стыке художественной прозы и научно-популярного текста. Изложение построено как серия диалогов, которые выступают сценой, где разворачивается процесс внутреннего изменения. Это свидетельство человека, пережившего кризис, где терапевтический метод смыкается с незаурядной личностью одного из ярких и результативных специалистов практической психологии

Содержание

О БЕСКОНЕЧНОЙ ДОРОГЕ	9
О СОКРАТЕ	13
О ПСИХОЛОГИИ (диалог I)	20
О ГРАНИЦАХ (диалог II)	37
О МИФЕ (диалог III)	45
Конец ознакомительного фрагмента.	58

Диалоги ехидного психолога

Виктория Фомина

Иллюстратор Максим Орехов

Редактор Анна Ширман

Корректор Наталья Животовская

© Виктория Фомина, 2026

© Максим Орехов, иллюстрации, 2026

ISBN 978-5-0070-9609-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



Фомина В. Диалоги ехидного психолога / Серия «Алгоритм Ройтмана»

Выражаем огромную признательность Илье Сергееву и Нине Мозгуновой благодаря которым публикация этой кни-

ги состоялась.

Книга написана по материалам психологических тренингов Александра Ройтмана, однако, выходит за рамки традиционной психологической литературы и балансирует на стыке художественной прозы, автобиографической исповеди, философского эссе и научно-популярного текста. Формально изложение построено как серия диалогов, но фактически структурный центр книги — не разговор как таковой, а процесс внутреннего изменения. Диалоги выступают сценой, на которой разворачивается не столько терапия участников группы, сколько постепенная трансформация авторского взгляда на себя и мир. Это не исследование метода и не роман в классическом понимании, не учебник и не попытка объективного портрета героя, а благодарственное свидетельство человека, пережившего кризис и нашедшего внутреннюю опору с помощью серии тренингов, где авторский психотерапевтический подход смыкается с незаурядной личностью одного из самых ярких и противоречивых, впечатляющих и результативных специалистов современной практической психологии.

ДИАЛОГИ
ЕГИПТНОГО ПСИХОЛОГА



ВИКТОРИЯ ФОМИНА



О БЕСКОНЕЧНОЙ
ДОРОГЕ

О БЕСКОНЕЧНОЙ ДОРОГЕ

Эта книга особенная. Прежде всего потому, что её логика, её концепция, сам её контент — не мои. Это не моя книга! В чём-то она про меня, в чем-то про мой образ и даже миф... Это всё оставляет во мне чувство ответственности за то, что в ней произошло.

Это про тот след в мире, который ты оставляешь на пути других людей, не имея возможности взять его в свои руки и назвать себя автором — как если бы речь шла о моей собственной жизни. Здесь, как обычно на пересечении дорог, нас очень трудно отделить друг от друга... Это косвенный рассказ свидетеля о твоей дороге в месте её пересечения с его дорогой. О том, как он тебя услышал, понял твои слова, проинтерпретировал твои мысли.

Это про ночной перегон между станциями, на котором случился какой-то бесконечно важный разговор, повлиявший на нашу жизнь. На каждую из двух — по-своему. Да... Причем в этой книге не один такой разговор, а целая череда разговоров, длившаяся многие годы. Путь здесь дальний, дальше, чем из Москвы в Хабаровск. Долгий...

Для меня это ещё и про особое, невидимое глазу отражение меня в таком зыбком зеркале, как жизнь человека, с которым ты пересекаешься на своём профессиональном, клиентском, человеческом пути. Это про особенность всей на-

шей работы, которая уходит в мистическую дорогу между двумя зеркалами. Знаете, есть такой почти игрушечный эффект — «бесконечное зеркало». Два параллельных зеркала, обычное и полупрозрачное, ставят друг напротив друга, а между ними — свечи. И возникает дорога в бесконечность, бесконечный тоннель, коридор... Бесконечная дорога.

Есть еще нечто самое главное — с чего, возможно, стоило бы начать... Но тогда могла бы потеряться экзистенция происходящего здесь, на этих страницах: земная конечность и рациональность этой дороги между двумя станциями и малознакомыми человеческими собеседниками — и вселенская бесконечность, иррациональность, нечеловеческая эстетика свечи и двух зеркал, моделирующих бесконечность пути... Вернее, бесконечность дороги. Что до пути, то это выбор каждого из идущих по ней...

То, что нужно было сказать в начале, я скажу в конце. Автор этой, не моей, книги — мой клиент, мой друг и при этом человек совершенно из иного мира. Если кто-то и может отличаться от меня концептуально во всём — во взглядах, верованиях, убеждениях, в своей идентичности и понимании своей миссии, — то мой собеседник, мой автор именно из таких. Точнее, она из таких! Потому что это она.

Она оказалась организатором, редактором, соавтором моих книг и самой идеи о том, что я вообще должен их написать. Когда-то, пройдя терапию, Вика сказала, что это должно быть описано. Слить это, по её мнению, было бы нечест-

но, малодушно и низко. Я спорил. Не помогло. Я тянул и саботировал. Это эффекта тоже не возымело. Вика осталась непреклонна в своём решении. Более того, всё закончилось еще тем, что она заставила меня признать: за моей работой стоит авторский метод, концепция, существенная не только для меня и принадлежащая не только мне.

Но это всё было позже... Пока она просто заставила меня стать автором. И с этого момента до сегодняшнего дня мне приходится говорить об этом всё больше и больше — об авторстве в самом широком смысле. А ведь мне так нравилось называть себя просто старым еврейским портным, сапожником в сапогах, ремесленником от «разговорного» жанра... Вика заставила меня превратиться в концепцию, и теперь мне с этим приходится жить. С этим, наверное, теперь даже и умереть придётся.

Она была всему свидетелем. Она сделала это работой. А потом она написала эту книгу, свою!

Но я ещё раз повторяю вам, и это очень важно: **ЭТО НЕ МОЯ КНИГА.**

Это книга Вики. Это книга свидетеля. Это книга про то, каким она увидела, поняла и нарисовала меня.

Александр Ройтман, психолог. 2026



O COKPATE

О СОКРАТЕ

— Кровавый Ройтман! Вы давно знаете его, очень жестокий человек?

— Нет, он добрый, — спокойно отвечаю я.

— Что Вы?! Говорят, он издевается, шокирует, сквернословит, раздевает людей, отбирает мобильные телефоны... Вы же интеллигентный верующий человек, как Вы можете выносить этот беспредел? — приблизительно с такими вопросами люди мне звонят, пишут, подсаживаются на встречах перед тренингами, надеясь за роговыми очками найти разъяснение по поводу таинственной и противоречивой фигуры, великой и ужасной при росте 157 см, которую называют самым результативным психотерапевтом современности.

Вам, дорогие мои, адресуется эта книга.

Начну издалека. С Древней Греции и диалогической формы.

Сократ, сын повитухи, считал, что занимается семейным ремеслом, помогая рождению истины в диалоге. Не в споре, а именно в диалоге. Спорное утверждение о рождении истины в споре — домыслы лукавых переводчиков.

Диалог — мощная литературная форма, непременно подразумевающая взгляды с разных сторон. Тезис не только испытывается на прочность, соотносясь с антитезисом, но и подтверждается, масштабируется, раскрывается по-новому

при смене контекста и отражается в зеркале обратной связи.

Более того, диалог самым своим существованием и структурой своей противостоит психотическим состояниям. Ведь психотическая реакция подразумевает однозначность, а с ней — отсутствие выбора, обречённость. Как только возникает альтернатива — вторая позиция, уже можно выбирать из двух вариантов — это уже невроз. Возможность третьей позиции вызывает к жизни множество вариантов выбора — здоровое состояние человека подразумевает целый спектр «оттенков».

Именно это происходит в диалоге. Вместо диктата авторского монолога мы видим, как минимум, два полюса, имея возможность присоединиться к любому из них или занять некую промежуточную позицию. Так происходит рождение — если не истины, то, по крайней мере, её отражения в глазах человека читающего — его субъективной правды, которая выступает третьей стороной¹. Об этом со времён Древней Греции заботятся приверженцы диалогической формы, и мы в том числе.

Драматургическая полярность придаёт диалогу живую убедительность. Мудрейший Сократ, который почитается

¹ «Диалог как выбор из двух позиций сам по себе был бы неврозом. „Хорошо“ или „плохо“ — такой же невротический выбор, как „земля или небо“ — жизнь-то происходит посередине. Но с появлением тебя, мой дорогой читатель, диалог тоже обретает третью позицию и превращается в творчество», — говорит Александр Ройтман. Эта книга, выводя читателя за рамки выбора между Ройтманом и мной, обретает жизнь в его глазах.

великим философом и даже величается «дохристианским святым», известен преимущественно как герой «Диалогов» Платона. Отражение диалога объёмно выглядит со стороны. Сократ сам ничего не писал, объясняя это отвращением к шкурам мёртвых животных, хотя, возможно, причина не только в этом. «Диалоги» Платона написаны с комментариями и без, с участием автора и без, с непосредственными свидетельствами и без, с привязкой к историческим событиям и без, с выводами и без.

Разделение героя и автора помогает читающему, встав за спиной писателя, сосредоточиться на происходящем.

Впрочем, эта книга не о Сократе. Её герой — современный психолог Александр Ройтман — тоже неисправимый любитель диалогов. Было бы дерзко и безосновательно сравнивать ныне живущего психолога с «мудрейшим из греков»², однако бросаются в глаза некоторые параметры сходства. Открытая позиция, простой, доходчивый и живой язык общения, авторский провокативный метод, группа учеников, широкая известность и противоречивое отношение современников, вплоть до покушения на жизнь³. Но главное — их

² Херифонт, один из ближайших и верных друзей Сократа, явился в священный город Дельфы к оракулу Аполлона и смело задал вопрос: есть ли кто мудрей Сократа? «На это Пифия отвѣтила, что мудрѣ нѣтъ никого» (Платонъ. Апологія Сократа, 1875).

³ А. Г. Ройтман за свои диалоги поплатился пулевым ранением в ногу с последующей госпитализацией в НИИ скорой помощи им. Н. В. Склифосовского. См. стр. 55.

роднит общая позиция: «Не знаю».

Когда дельфийский оракул назвал Сократа мудрейшим из греков, тот удивился: «Как я могу быть мудрейшим, если я знаю только то, что ничего не знаю?»

Пошёл по городам и весям и нашёл множество людей, которые не знают даже этого. Ройтман считает «Не знаю» — основой позиции психолога: «Когда ты позволяешь себе не знать, у тебя нет необходимости доказывать свою состоятельность или компетентность — можно просто делать свою работу. Ты не становишься от этого глупым или слабым, ты становишься адекватным и гибким».

В отличие от мудрейшего грека, в диалогах Ройтмана рождается не истина, а авторский подход к жизни, связанный с решением психологических проблем. Да и запросы у людей другие стали, наверное. Ройтман говорит: «Нам платят не за истину, а за повышение качества жизни». Диалогическая форма поможет красочно и объёмно представить парадоксальный терапевтический метод Александра Ройтмана и его «смыслжизненный мета-алгоритм» — матрицу счастливого⁴ авторского подхода к жизни.

Эта книга — благодарность гениальному психологу, который спас меня от тяжёлой многолетней депрессии. Встреча с Ройтманом случилась со мной 5 Марафонов тому назад, 4

⁴ Хотя сам Ройтман обычно использует не расплывчатую категорию «счастья», а динамическую категорию изменяющегося «качества жизни»: взросления, осознанности, субъективно оцениваемого прогресса.

Алгоритма, 8 Мастерских и 14 индивидуальных консультаций...⁵ За 12 лет нашей совместной работы с Александром Гарольдовичем Ройтманом перед моими глазами прошли более сотни его клиентов, два десятка учеников и серия новых проектов, в числе которых три предыдущие книги, рождённые в наших спорах, сотрудничестве, расхождении, соглашениях — в ДИАЛОГАХ, которыми я делюсь с вами.

Изучению кейсов посвящены «Записки ехидного психолога», Алгоритм Ройтмана излагается в книге «Ты либо прав, либо счастлив», в «Кухне ехидного психолога» последовательно раскрывается психотерапевтический метод. То, другое и третье — учебники по краткосрочной психотерапии, написанные живым и понятным ройтмановским языком. А здесь мы лишь вскользь касаемся психотерапевтических методик, тренингов, консультаций и Мастерских; книга посвящена иному — тому, чему нельзя научиться.

«ДИАЛОГИ ЕХИДНОГО ПСИХОЛОГА» — не учебник, а портрет. Впрочем, герой книги настолько плотно и органично сжился с психологической практикой, что непонятно, где заканчивается Ройтман и начинается его метод. Сквозь череду диалогов запечатлевается в динамике образ одного из самых ярких теоретиков и впечатляющих практиков современной психологии — выдающегося и самобытного мыслителя, смелого и парадоксального терапевта.

⁵ За это время (с 2013 года) А. Г. Ройтман провёл более сотни Марафонов и десятки Алгоритмов.

В книге изменены многие имена⁶, названия, портреты, тексты и контексты. Таким образом, психотерапевтические тайны останутся в неприкосновенности, ни одна человеческая душа (а также дерево и животное) не пострадает, но мы освободимся от необходимости просить у прототипов разрешения на публикацию.

⁶ Все упомянутые в книге коллеги и ученики Ройтмана либо дали разрешение на публикацию, либо информация взята из открытых источников.



О ПСИХОЛОГИИ
ДИАЛОГ I

О ПСИХОЛОГИИ (диалог I)

Ройтман: Вы знаете, чем психолог отличается от мага и колдуна?

Девушка в трико с родинкой на подбородке: Терминологией, наверно. Психологи обычно говорят о незавершённом гештальте, а не пургу несут о плохой энергетике соседа. Всё-таки образованные люди...

Её торопливый сосед: Существование энергетических полей с физической точки зрения доказано. Поля оказывают влияние на воду...

Брюнетка с дежурной улыбкой: Вы посмотрите, он, правда, воду заряжает! У него под стулом — две банки с водой.

Сутулый дяденька — вечный студент: Методами отличается, наверно. Психолог не размахивает волшебной палочкой, бубня заклинания.

Ройтман всё время так — кинет для затравки какой-то вопрос, взрывающий мозг или подогревающий. Сходу не ответишь, но участники группы пытаются найти решение на разные лады, вскользь или напрямую, вольно или невольно касаясь своих проблем.

Впервые оказавшись на Марафоне Ройтмана⁷, я разгляды-

⁷ Марафон Ройтмана — авторский психологический тренинг. Проводится с 1980 года. Динамическая группа продолжительностью более 60 часов, сочетаю-

вала присутствующих, будто рыб в аквариуме. Они и были в «аквариуме» — такова структура динамической группы. В центре на стульях располагаются участники, они вместе с Ройтманом образуют «круг», где живо взаимодействуют. За кругом тоже может кто-то находиться: практиканты, ученики, члены группы, выкинутые из круга за нарушение регламента, а иногда также «бедные родственники» вроде меня, которых пустили «за круг» из социальных или гуманитарных соображений. Все аутсайдеры — молчаливые статисты, не участвующие в Марафоне непосредственно, на время группы лишенные права слова и права взаимодействия, наблюдающие со стороны за происходящим в «аквариуме».

Девушка с родинкой: Психолог отличается антуражем: кабинет, кушетка. Трудно Вас представить, Александр, бегущим с песнями в полнолуние, орошая поля бараньим рогом.

Ройтман: Давай на ты. Ты чего припёрлась?

Девушка с родинкой: Я?

Ройтман: Как тебя зовут?

Девушка с родинкой: Катя...

Ройтман: Катя, ты заплатила полторы штуки баксов, чтобы прийти ко мне на группу. Не для того же, чтобы рассказать мне про полнолуние и бараний рог? Зачем ты сюда при-

щая в себе элементы передовых и апробованных временем психологических техник. Используются в структуре этой группы такие подходы, как динамическая, провокативная психотерапия, гештальт, элементы психодрамы, СБТ.

шла?

Назови это стилем или почерком, но Ройтман всегда, всеми силами выталкивает клиентов из зоны комфорта, а для этого — заставляет общаться с ним на ты, матерится, играет в компьютерные игры или просто спит на собственных тренингах спокойным сном праведника.

На этом Марафоне он бодрствовал, увлечённо изучая в интернете рецепты приготовления курицы. По правилам Марафона, участники по кругу называют свои имена и обычно, сперва неудачно, пытаются сформулировать запрос — дело непростое. Потом Ройтман переключает своё внимание на того или иного из сидящих в кругу.

Ройтман говорит: «Марафон — это отражение в зеркале под микроскопом того, как ты живешь.» Это пространство похоже на мистическую «зону» Сталкера⁸, где люди, незнакомые между собой, за считанные часы выстраивают вокруг свой мир и отношения, проживая их с неправдоподобной интенсивностью и глубиной. Саша любит повторять: «Больно. Дорого. Без гарантий»⁹. Больно, потому что дина-

⁸ Имеется виду мистическое пространство фильма А. Тарковского «Сталкер» (1979), снятого по мотивам повести братьев А. и Б. Стругацких «Пикник на обочине». Главный герой картины дает следующее описание: «Это — Зона. Может даже показаться, что она капризна, но в каждый момент она такова, какой мы её сами сделали... своим состоянием. Не скрою, были случаи, когда людям приходилось возвращаться с полдороги, но солоно хлебавши... Но все, что здесь происходит, зависит не от Зоны, а от нас!»

⁹ Ройтман А. Записки ехидного психолога. Т.: Студия «Другое Небо» — 2018 — С. 80.

мическая группа направлена на проживание травмы в безопасном пространстве, а травма так или иначе связана с болью, потерей или нарушением. Дорого, потому что идет работа со значимыми ценностями. Без гарантий, потому что никто не обещает, что будет легко, и ни в какой момент не заставляет нас идти дальше. Но если человек все-таки решается на изменения, динамическая группа даст поддержку, сравнимую с батутотом во время прыжка.

Ройтман: Слухи о жесткости провокативной терапии сильно преувеличены. По сути, любая терапия провокативна. Провокативный компонент обеспечивает изменения, а поддерживающий — дает опору, устойчивость, помогает удержаться на ногах. Когда мы идем, то на каждом шагу выходим из состояния равновесия. Когда бежим — то, можно сказать, летим между точками опоры. Динамическая группа — это лаборатория, защищенное пространство, здесь потери не опасны. В этом смысле Марафон — это опыт потерь в безопасном пространстве.

Пишу здесь то, что особо запомнилось, увиденное из-за круга, где я проходила свой первый Марафон в качестве молчаливого статиста. У меня не было полутора тысяч¹⁰ долларов, зато была тяжёлая депрессия. Ройтман взял меня «за круг» из милости по просьбе общей подруги Анны Животовской¹¹. Аня объяснила мне, что Марафон — динамиче-

¹⁰ Официальная цена тренинга «Марафон Ройтмана» в 2013 году.

¹¹ .Анна Животовская — психолог Иерусалимского муниципалитета, специа-

ская группа, построенная на резонансе процессов участников. Находясь за кругом, ты тожеходишь в резонанс, но не рассеиваешь энергию на взаимодействие. Поэтому за кругом психотерапия тоже действует — даже сильнее. Моей платой за Марафон было молчание на протяжении всех четырех дней тренинга. Я одиноко билась головой о стенку «аквариума», пытаясь обозначить своё присутствие в мире, доходила до безысходности и начинала молиться, в то время как Ройтман старался нащупать запрос Кати.

Ройтман: Ну, чего припёрлась?

Катя: Проблема... Ну, как бы...

Ройтман: Ну, как бы должна быть, по идее, проблема какая-то. Маму не можешь простить? С ребенком нет общего языка? Денег не хватает? Или ты просто по приколу пришла посмотреть. Или не любит тебя?

Катя: Не любит, наверно.

Ройтман: Прямот не любит? Или любит всё-таки, но как-то не так типа... Или не оттуда типа...

Катя: Типа, да... Издалека.

Дама с дежурной улыбкой: Издалека-то грязной посуды не видать и носков вонючих, разбросанных по квартире. Не хотите приблизиться — постирать?

Катя: Хочу.

лист по психодиагностике. Имя этой удивительной женщины, тонкого психолога и доброго человека — одно из немногих, которые я не буду изменять в этой книге.

Катя уверенно кивнула, покраснела и заплакала.

Вечный студент: И в чём проблема-то? Взяла носок, положила в машину, порошок насыпала. Хочешь руками постирать — можно и так.

Дама с саркастической улыбкой: Вы что, не поняли? — времени у них нет. Его, небось, жена ждёт с ужином. Они в отеле развлекаются или у друга на даче. А жена сидит, ждёт, как дура, борщ приготовила... Пора с этим заканчивать.

Сказала и тоже заплакала.

Ройтман: Я всегда говорил, что группы собираются на небесах. А тебя как зовут?

Дама (глухо): Полина.

Полина подняла голову на Катю.

Полина: Что, девка, смеёшься надо мной? Мол, сидит надоевшая жена-дура. Пампушечек наготовила...

Ройтман (Кате): Что ты сейчас чувствуешь?

Ройтман, сколько я его помню, то и дело задает этот вопрос. Велит опустить глаза вниз и сосредоточиться на своих чувствах.

Катя чувствовала горечь и духоту.

Катя: Вспомнила, как на Новый год заказала целый стол пирогов, рыбу, марсалу... Сына к родителям отправила. Думала, вдруг сможет вырваться хоть на полчаса. Написал мне: «Люблю. Скучаю». Так и просидела одна. До утра. Потом грохнула со всей дури бутылку об шкаф — так вмятина и

осталась.

Судя по сдавленному голосу и положению ладони, описанная ситуация стояла у Кати поперек горла.

После минутной паузы Ройтман перевел стрелки.

Ройтман: Ты кто по профессии?

Катя (сквозь слезы): Зам.

Ройтман: А что, такое бывает? Прямо, такая профессия — зам?

Катя пожала плечами: Не знаю. Я работаю заместителем директора.

Ройтман: Замдиректора чего? Бензоколонки?

Катя: Металлургического холдинга.

Катя так просто и спокойно ответила, что у вечного студента сползли очки, он торопливо пододвинул банки с водой к катиному стулу. Ройтман даже отвлекся от рецептов курицы в телефоне. Полина перестала плакать. Даже я на своей галёрке прекратила молиться и уставилась на полноватую девушку в шерстяном тренировочном костюме, которая оказалась вторым человеком на одном из крупнейших производств России. Немая сцена, продлившись не более двух минут, произвела поголовный сдвиг по фазе.

После паузы Ройтман одним восторженным матерным словом выразил общие эмоции.

Это был один из тех удивительных резонансов группы, когда все мы, кажется, ощутили одно и то же. Даже я перестала биться об аквариумную стенку, нырнув в единодушие.

Но меня царапал поток мата, исходящий из уст Ройтмана и остальных, по его примеру.

Потом Саша объяснил, что мат — язык подростков, на котором его клиенты в обычной жизни, как правило, не разговаривают, по крайней мере, до того, как попадают на Марафон. Переход к «подростковому» стилю изложения сразу выбивает человека из контекста рационализаций в мир поиска, лишает привычных клише, бонусов и «костылей».

К тому же, перевод на другой язык требует осмысления и не даёт возможности использовать привычные штампы — приходится осознать фразы и обороты, годами произносимые вскользь. К тому же подростковое состояние — самое творческое, энергичное, открытое к изменениям. Внимая подростковому сленгу, солидный человек сбивается с накатанной колеи и впадает в замешательство.

Ройтман того и добивается, считая это замешательство плодотворным состоянием, чреватым новыми паттернами и возможностями.

Подобный метод выведения на чистую воду не раз использовался даже юродствующими старцами. Впрочем, у меня своя история «отношений» с матом, о которой расскажу чуть позже, как и о том, почему, сидя на галёрке во время Марафона Ройтмана, я непрестанно молилась. Сейчас лишь извинюсь за мой русский: господа читатели, мата в этой книге не будет, что нанесет некоторый ущерб аутентичной передаче реплик героя. Этот ущерб честно постараюсь

минимизировать, создав портрет Саши, узнаваемый и выразительный, но в рамках литературного языка.

Ройтман: Катя, ты мне напоминаешь доярку из анекдота. В девяностые годы его рассказывали. Доярка-стахановка, передовик производства, Герой Социалистического Труда, стала валютной проституткой. Приезжают к ней журналисты, берут интервью: «Как Вы дошли до жизни такой?» Она отвечает: «Да просто повезло». Что ты сейчас чувствуешь?

Катя: Чувствую себя сплюсненной, как лягушка под катком.

Катя, слегка покраснев, плотно сомкнула губы.

Ройтман: Люблю работать с богатыми клиентами, а ещё больше — с людьми на больших должностях. Они ценят своё время, поэтому наиболее замотивированы. И сразу всё схватывают.

Катя: Мой Николай Иванович всегда говорил про меня, что быстро схватываю. Я приехала из Сибири в 17 лет, только закончив школу, устроилась в холдинг секретарём, и он мне всё объяснял, учил делопроизводству, и постепенно... Это сейчас холдинг. Тогда это был старый заводской цех. Без мебели. Мы днями и ночами считали, блок-схемы рисовали. Кофе, бутерброды... В общем, через 8 лет я уже руководила филиалом. И забеременела. Любовь, работа — всё было перемешано, и мне тогда не было никакого дела до штампа в паспорте. А потом начались эти вечера. Больше всего до-

стает ожидание звонков... и то, что он постоянно врёт. И ускользает. Мы видимся почти каждый день, но как будто не можем встретиться.

Полина (глухо): Мы тоже не можем встретиться. Спим в одной постели, завтракаем вместе, а не можем... Я даже таблетки начала пить.

Катя, усмехнувшись, достала из сумки «Прозак»¹² и предъявила в подтверждение.

Полина, конечно, говорила о другом мужчине, но ситуация, очевидно для всех, была симметричной. Их взаимопонимание обрадовало всех нас, но им обоим хотелось, как минимум, встречи.

Ройтман (Кате): Знаешь, в каком месте ты можешь с ним встретиться? А ты, Полина? Со своим, разумеется.

Полина: Ты советуешь вместе съездить в путешествие? Саша, это не работает.

Ройтман: Вспомнил старую историю про нас с Машкой. Это были первые годы нашего брака, когда ещё не было детей. Мы тогда страшно ругались. Потом я привык, понял, что её раздражает. Но сначала забывал то руки помыть, то чёрный носок кидал в корзину для белого белья, а поначалу вообще раскидывал, где попало. Она это воспринимала как пренебрежение и сильно обижалась. У Машки очень быстрая реакция и язык подвешен блестяще. Когда она злится,

¹² Прозак — антидепрессант, представитель группы селективных ингибиторов обратного захвата серотонина.

распаляется всё больше и больше, я за ней просто не успеваю. Она наперёд видит каждый мой приём, на любое моё возражение у неё всегда готово 27 встречных. Ругаться с ней было бесполезно, разве что очень коротко. Я заранее готовил контраргументы, но она меня безнадёжно опережала. В ответ я научился выходить из дома. Захлопывал дверь и шёл в кино, а она думала, что я хожу по парку и страдаю. И в этот раз Машка на невероятной скорости перечисляет аргументы, из которых с бесспорной логикой математической теоремы следует, что я пренебрежительно к ней отношусь. Мои попытки возразить мгновенно разбиваются об её логику, в какой-то момент возражения заканчиваются, и наступает отчаяние. Машка орёт. На пике скандала я, как обычно, вылетаю в коридор, Машка — за мной. У меня были высокие ботинки. Пока зашнуровываю один, Машка продолжает ругаться и кричать всякие гадости типа: «Почему ты не вынес мусор? Назови мне хоть одну причину, почему ты не вынес мусор?» Осталось завязать ещё один ботинок, и этот ад кончится! Но шнурок рвётся у меня в руках. Я стою в одной ботинке в полной безысходности. Сползаю по стенке на пол, до хруста сжимаю челюсти, а по моему лицу текут слёзы... И тут я вижу, даже скорее чувствую плечом, что Машка сползает по стенке рядом и тоже плачет от невозможности достучаться. Мы сидим рядом. Пауза. Потом я взял её за руку. Просидели молча, обнявшись, минут сорок. Так мы первый раз прошли путь от гордыни к смирению, путь бесконечной трудно-

сти на пути друг к другу. Этот путь лежит через принятие безысходности и отказ от соблазнительной конструкции типа: «Она же девочка» или «Он просто мудака». Вскоре у нас родился старший сын — Давид.

Мне показалось, что Вечный студент отвернулся смахнуть слезу, но, скорее, он просто переставлял банки с водой.

Ройтман улыбался с видом повара, приготовившего сациви, или спортсмена, пересёкшего Волгу вплавь.

Полина: Ты имеешь в виду, нужно оттолкнуться от дна?

Ройтман: От своей беспомощности.

Все молчали.

Ройтман: Возвращаюсь к вопросу, чем психолог отличается от мага? Маг в какой реальности действует?

Полина: В нашей реальности.

Вечный студент: Типа, в физической. Переставляет ботинки, а где-то начинается война. Но физической реальностью мир не ограничивается...

Я при намёке на эзотерику опасливо молилась на галёрке, но в эту сторону, слава Богу, дело не пошло.

Катя: К экстрасенсу не пойду. Просто не хочу. Или к чему ты клонишь, Саш?

И она улыбнулась, впервые за этот час, какой-то залихватской, весёлой улыбкой. Смело, не снизу, как полчаса назад, а весело и дерзко она смотрела на Сашу Ройтмана, на его телефон с рецептами курицы, на банки с водой под стулом, на людей в кругу, и даже быстро скользнула взглядом по мне.

Ройтман: Хороша стерва! В том-то и дело, что мир физической реальностью не ограничивается. Маг своей волшебной палочкой или заклинаниями пытается воздействовать на физическую реальность. А психолог физическую реальность не пытается изменить, он работает с субъективной реальностью клиента, понимаете? Психолог меняет не ситуацию, а её субъективное восприятие. Что чувствуешь?

Катя: Стерва мне гораздо больше понравилась, чем доярка.

Студент: Мне тоже.

Все засмеялись. Студент потупился.

Ройтман: Кто отвечает за то, доярка ты или стерва?

Катя: Я.

Ройтман: На 100 процентов? Даже если приходится целыми вечерами ждать? Целыми праздниками? Перед столом с марсалай и пирогами?

Катя: За «ждать или не ждать» тоже я отвечаю.

Катя точным попаданием в урну выкинула «Прозак», который до сих пор почему-то держала в руках, достала из сумки помаду, накрасила губы и засмеялась.

Катя: Я что-нибудь придумаю.

Потом она сказала, что тем вечером собрала все штрафы по дороге домой.

Через год Катя вышла замуж за владельца небольшого, но стильного цветочного магазина. На фотографии свадебного путешествия она была в белом декольте с орхидеей в воло-

сах, муж смаковал марсалу и закусывал пирогами.

Как выяснилось, этот Марафон врезался в память Ройтмана двумя странными персонажами: Вечным студентом, который заряжал воду под чужими стульями, и мной, усердно молящейся за кругом. Более того, Саша утверждает, что я периодически вставала на колени или осеняла группу крестным знаменем, но это — апокриф. Видно, моя неуместная молитва производила столь шокирующее впечатление, что Ройтман неосознанно творчески дорисовал сцену. Меня до сих пор спрашивают, о чём я тогда молилась. Отвечаю: «Молилась, чтобы Богородица не отворачивалась от Ройтмана за его матерщину». Судя по реакциям, мой ответ требует пояснений. ОК, надо же когда-нибудь начинать. Человек, который воспитывал меня в юности, матерился столь вдохновенно, что студентки филологического факультета МГУ приходили записывать его поговорки. Не вдумываясь в этимологию, я связывала с этим языком самые добрые чувства и с юности привыкла говорить матом, реагировать матом, коммуницировать матом, а затем ещё — матом писать. Это потом очень расстраивало моего вгиковского мастера Л. Н. Нехорошева¹³. Я обещала ему попробовать без мата, но тогда не справилась. Я была профессиональной картёжницей, дебоширкой, журналисткой, писавшей о транссексуалах и

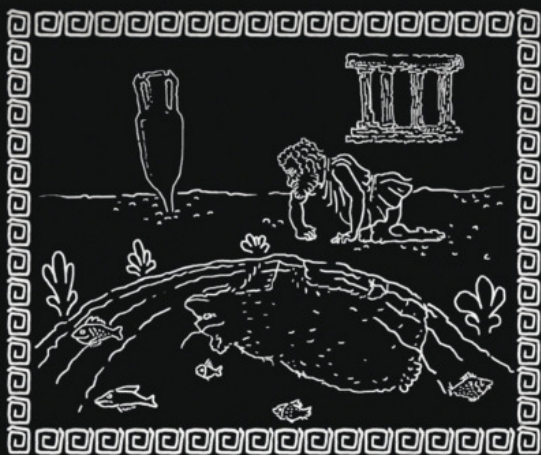
¹³ Леонид Николаевич Нехорошев (1931 — 2014) — советский и российский кинодраматург, редактор кино, профессор ВГИКа. Заслуженный деятель искусств РСФСР.

конкурсах красоты, делала имидж моделям, профессионально играла в бридж, курила «Приму» и «Давидоф». Крестившись в 29 лет, я услышала, что от материцы Богородица отворачивается. Говорить без мата было пресно — как человек, привычный к крепким напиткам, не чувствует вкуса доброго вина. Речь, казалось, становится сухой, меркнет и теряет выразительность. Но представляя, как Мать Божья отводит от меня Свой светлый лик, я понимала, что Её расположение важнее. Десятилетиями депрессии, когда я безуспешно пыталась найти себя в роли достойной матери семейства для иной, правильной жизни, расположение Божией Матери стало для меня единственной надеждой. Я мёртвой хваткой требовательной молитвы едва держалась, боясь отпустить ситуацию. Годы спустя, кстати, во многом благодаря Ройтману, я научилась понемногу отпускать, доверяя Богу. Но на первом Марафоне я маниакально талдычила Богородице просьбу поддержать Ройтмана и не отворачиваться от него за матерные словоизвержения. Похоже, та молитва была услышана, ибо вскоре я поняла, что Александр Ройтман относится к людям с таким вниманием, тактом и добротой, и главное — проявляет такую любовь к ближнему, которая не снилась мне в самых лучших православных снах. Потому мне имеет смысл переживать и молиться не о его, а о собственной грешной душе, чем и занимаюсь.

Важно, что именно с того Марафона Ройтман начал работать на себя, то есть прекратил быть наёмным сотрудником

института своего имени¹⁴, а стал сначала «сам по себе» психотерапевтом, а затем возглавил команду, с которой работает до сих пор.

¹⁴ Имеется в виду Институт Ройтмана — Международный центр психологии и психотерапии. Открыт в Израиле в 2006 году, А. Г. Ройтман работал там до 2014 года.



О ГРАНИЦАХ
ДИАЛОГ II

О ГРАНИЦАХ (диалог II)

Ройтман: Что это и зачем?

Я: Есть граница, отделяющая «можно» от «нельзя», дом от леса, деревню от тридесятого царства. Помните: «Не ходи туда — козлёночком станешь»?

Ройтман: Есть эффект электрической дуги, когда при очень высоком напряжении электричество пробивает ди-электрик. Иными словами, ток проходит буквально по воздуху — там, где нельзя. Этим мы с вами и занимаемся.

В отличие от Марафона, построенного на резонансе психотерапевтических интервенций разных людей — участников группы, Алгоритм Ройтмана — это авторская теория взаимодействия с миром на основе свободы и ответственности, можно сказать, счастливая альтернатива «играм, в которые играют люди»¹⁵. Теория неожиданная и парадоксальная. Два дня Алгоритма Ройтман её рассказывает и даёт практические упражнения, которые так или иначе переходят в психотерапию — с Ройтманом иначе не получается.

На Алгоритме меня посадили в круг, где я рассказала историю, происшедшую со мной на следующий день после Марафона¹⁶. Пришла под утро, а через несколько часов поеха-

¹⁵ Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / пер. с англ. А. И. Коршунова. — М.: Бомбора, 2025. — 576 с. — (Легенды психологии).

¹⁶ Марафон Ройтмана обычно начинается в четверг вечером, далее — следу-

ла на заседание кафедры. В метро час пик уже прошёл, но сидячие места в вагоне были заняты, некоторые даже стояли в проходах. Когда поезд качнуло, я потеряла равновесие и, похоже, задела плечом высокого мужчину с сумкой.

Не могу вспомнить ни образ этого человека, ни то неудобство, которое случайно причинила ему — только большую спортивную сумку между ног. Но реакция была мгновенной — он ударил меня по лицу. Так сильно, что, лишь схватившись за поручень, я смогла удержаться на ногах. Точнее, ноги мои едва касались пола. А я — доцент университета, трезвая и степенная, в роговых очках и драповом пальто, избитая среди бела дня на глазах десятков людей, висела на перекладине над сидениями метро под общее гробовое молчание. Немая сцена длилась, видимо, не более минуты, иначе не уместилась бы в промежуток между станциями метро. Потом я вдруг засмеялась. Громко и неожиданно даже для себя самой.

И тут, откуда ни возьмись, на выходе из вагона и в переходе за мной побежали люди, которые предлагали помощь, сочувствовали, хотели поддержать и спрашивали, почему я засмеялась. Ответ на этот вопрос всплыл воспоминанием в моей голове где-то через полгода: «Кто отвечает за то, доярка ты или стерва? Интеллигентная дама или мокрая курица, нарушающая общественный порядок в метро? Кто отвечает

ет регламенту, установленному группой, а заканчивается, как правило, ночью с воскресенья на понедельник.

на все 100%, диктуя своим отношением к себе, реакцию десятков зрителей? Кто несёт ответственность за тебя: ты сама или случайный безумец, лица которого ты не помнишь? Ты или человек, чье насилие вторглось в твою судьбу, на десятилетия погрузив тебя в лабиринты доказательств чужой вины и последующую депрессию?» Осознание пришло потом, но инсайт — озарение — произошло на следующий день после Марафона, когда вслед за смехом из живота разлился жар по моему телу, цвета обрели насыщенность, а слова — силу.

Про насыщенность цветов я слышала потом от многих, но в тот момент, на Алгоритме, мне было важно вспомнить эту историю, рассказывая которую, я понемногу начинала понимать.

Строгая дама: Но вы ведь не то, чтобы субтильная женщина, почему вы не ударили в ответ?

Действительно, почему????

Ройтман: Что ты сейчас чувствуешь?

Я: Недоумение. Мне такое даже в голову не пришло...

Ройтман: А тебе можно ударить человека? Ты разрешаешь это себе? Ты когда-нибудь била человека на улице или где-то?

Строгая дама: Ройтман, ты кому говоришь? Она без «извините, пожалуйста», наверное, в туалет не заходит.

Я: Била. Не раз. Как-то давно за мной в подъезд зашёл человек, схватил за воротник и приставил к горлу нож. Мелькнуло в голове, что он меня сейчас зарежет, как кролика. Я

пришла в ярость и со всей дури отшвырнула его ногой. Он, видимо от неожиданности, потерял равновесие и очень испугался, отползал назад по лестнице и просил пощады. А я толкала его ногами вниз, пока не дотолкала до двери подъезда. Потом я села на лестницу и заплакала... Но этого человека в метро я даже не думала бить.

Ройтман: А почему?

Я: Тогда, в подъезде, я почувствовала реальную угрозу и пришла в ярость. А здесь угрозы никакой не было.

Ройтман: Ты имеешь в виду угрозу жизни?

Я: Ну жизни, здоровью или чему-то — я не анализировала тогда, чего именно он хотел. А в метро всё уже произошло, — понятно, что он двинул на автопилоте и вряд ли продолжит. Было скорее оцепенение от всеобщего молчания, от общего разрешения меня бить. Потом я поняла, что это разрешение даю я сама, обвиняя себя в происшедшем.

Строгая дама: Если то, что со мной произошло, выходит за границы дозволенного, значит, я — аутсайдер. Это мне понятно. Такая логика?

Я кивнула.

Ройтман: А засмеялась почему?

Я: Потому что я не виновата. Это до меня дошло тогда.

Ройтман: «Не виновата» и не «не виновата». Это вообще не про вину, а про ответственность. Люди часто путают эти два понятия. Вину насильника определяет суд. Но женщина, которую изнасиловали, так или иначе отвечает за послед-

ствия того, что с ней произошло, за свои чувства и мысли, потому что ей так или иначе приходится потом с этим жить. Но её ответственность, её выбор в том, жить ей дояркой или стервой, невинной жертвой, вечным аутсайдером или автором своей жизни. От этого выбора зависит, как она переживёт эту ситуацию и кем из неё выйдет. Автор своей жизни имеет доступ к изменению её качества, а жертва — нет.

Я чувствовала эйфорию, на крыльях которой я пешком шла домой по грязному снегу Кутузовского проспекта. Месить ногами московский снег я до и после терпеть не могла, но в тот вечер мне хотелось кричать: «Невиноватая я!!!» Не знаю, почему для выражения мне потребовалась реплика застигнутой врасплох незабываемой Анны Сергеевны из фильма «Бриллиантовая рука»¹⁷... В приподнятом настроении долетела до дома в 12, брезгливо взглянула на еду, заснула около 7 утра, проснулась в 9:30, когда надо было уже сидеть в кругу. Грудь переполняло счастье авторства, излучающее тонны любви и благодарности к миру, к Ройтману и даже к строгой даме, подпорченное десертной ложкой вины за опоздание. По дороге я зашла в булочную и выбрала самый пушистый кремвый торт, похожий на коктейль моих чувств. Подошла к двери с большой картонной коробкой и позвонила. Раз, другой, третий...

¹⁷ Анна Сергеевна — злодейка из фильма «Бриллиантовая рука» (Л. Гайдай, 1969). Роковая красавица, посланная шефом, чтобы соблазнить героя и выкрасть из его гипса бриллианты. Её сыграла покойная Светлана Светличная (1940 — 2024).

Через пять минут повторила серию звонков. Затем ещё через пять. Потом через 15. Через 20 я была уверена, что мне уже никто не откроет. Попробовала толкнуть дверь, но сталинский ампир Кутузовского проспекта был изначально устойчив к разнообразным попыткам форсирования дверей — многие жильцы здесь были выселены по доносу новых квартиросъемщиков, а старые, освободившись из лагерей, наверняка, стучали, ломились или скреблись. Позвонила ещё разок, оставила торт под дверью и ушла.

Начиная привыкать к осознанию своих чувств, я ощутила новую боль. Чувствовала себя безнадежным аутсайдером, которому чётко указали на его место. Это был приговор. «Аутсайдерами не становятся, а рождаются!» — теперь я обреченно месила снег ногами, не в силах сосредоточиться, чтоб на чём-то доехать. Что толку метаться? Если я не виновата — мир бьет меня по морде рукою первого встречного, если мир не виноват — я сама просыпаю свой шанс. Теперь оставалось смириться с местом аутсайдера и не жужжать — расслабиться и получить удовольствие, так называемую вторичную выгоду. Тем более, что на этот раз я сама виновата.

Через два дня после окончания группы Ройтман позвонил нашей общей подруге Анне.

Ройтман: Тортик был очень вкусный — благодарим. А почему Вика ушла с Алгоритма?

Анна: Ты же её не пустил.

Ройтман: Ну конечно. Все уже давно сели в круг. Но по-

чему она не подождала перерыва?

Анна: А ты что, в перерыве всегда открываешь дверь?

Ройтман: Естественно. Кто-то курить выходит, кто — в магазин...

Анна: Знаешь, наверное, ей просто в голову не пришло.

В следующий раз мы встретились с Ройтманом на Пре-Марафоне.

Ройтман: Ты представляешь себе электрическую дугу — напряжение, которое пробивает границы проводника и пускает ток по воздуху?

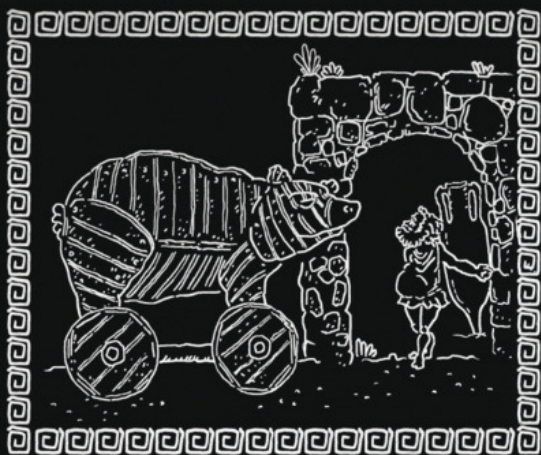
Я: Саша, модель границ может быть не только физическая, но и геометрическая. Как-то руководитель католической видеостудии процитировал мне высказывание митрополита Антония Сурожского: «С точки зрения Господа, границы между конфессиями не видны. С высоты Господа, может, они и не видны, но из моей ямы — они до небес».

Ройтман весело посмотрел на меня.

Ройтман: Не хочешь пересечь?

Я: На место Бога — не хочу и не могу.

Ройтман: Но ты можешь для начала просто взять другой стул. Сменить ракурс, увидеть трещину своего мифа. И через неё — шанс на улучшение качества жизни.



О МИФЕ
ДИАЛОГ III

О МИФЕ (диалог III)

Ройтман: Самый главный день Марафона — четверг. Успех дальнейшего взаимодействия определяется на уровне преконтакта. Ошибки, которые мы допускаем в первые минуты общения, приходится потом исправлять годами. Именно на Пре-Марафоне¹⁸ заключается контракт, задаётся рамка взаимодействия — границы ответственности терапевта и клиента. В этой системе клиент принимает решение — остаться на тренинге или нет. Может, он уйдёт сейчас, но придёт через полгода или даже не придёт вообще — это его решение. Но если контракт, который заключается обычно в первые минуты разговора с клиентом, будет подписан криво, это создаст проблему на многие годы.

Девушка в розовой ангоре с кошачьими ушками: Не понимаю. Мы что, сейчас будем подписывать договор на 10 страниц мелким шрифтом?

Ройтман: Не совсем. Потом с моим директором подпишешь, конечно, но пока я говорю о распределении ролей, границах дозволенного. Вот, представь, тыходишь к врачу, здороваешься. Он пишет что-то за столом и, не поднимая

¹⁸ Пре-Марафон — начальный этап Марафона Ройтмана. Обычно проводится в четверг. Александр Ройтман подробно рассказывает о себе, честно отвечает на любые вопросы. Итогом этапа становится ваше решение об участии или, наоборот, отказе от него.

головы, говорит тебе. Что говорит?

Девушка (усмехается): Раздевайтесь.

Ройтман: Да. Он, не поднимая глаз от своих бумаг, сразу говорит: «Раздевайтесь», — и человек тут же начинает раздеваться. Вы можете представить, что будет, если кто-то другой, не познакомившись, скажет тебе раздеваться?

Все засмеялись, кроме девушки в ангоре.

Девушка (серьёзно): Вы о том, что в кабинете врача оба знают, что делать, и сразу приступают к своим обязанностям?

Ройтман: Да, таким образом он с тобой заключает контракт. То есть, вы сразу договариваетесь о ролевой модели — делите зоны ответственности. О чём вы договариваетесь, когда врач в начале приёма говорит: «Раздевайтесь»?

Из уст присутствующих сыплются варианты ответа: о том, что он здесь главный; что ничего личного; что врач может приказать пациенту обоим лизать, и придётся слушаться. Пациент должен подчиняться. Что пациент должен терпеть боль, холод, отвечать на неудобные вопросы. А врач должен выбрать способ лечения, назначение выписать.

Ройтман: Да. Они договариваются, что врач отвечает за назначения, а клиент его слушается, даже если это сопряжено со страданиями. Отсюда — медицинский садизм.

Девушка: А Вы как?

Ройтман: У психолога с клиентом другой договор — каждый отвечает за себя. Но я выбираю клиентов с сильной

мотивацией. Это не только высокая цена. Я сразу предлагаю клиенту условия, которые выбивают его из зоны комфорта.

Девушка: Да, я слышала. Вы — провокативный психолог. Материтесь и оскорбляете людей за их деньги. Это что, кому-то реально помогает?

Ройтман: А ты думаешь, нет? Тогда чего ты сюда припёрлась?

Девушка: Мне мой парень сказал, что Вы — крутой, и поможете. Чтоб я обязательно пошла к Вам на Марафон.

Ройтман: Зови меня на ты...

Девушка: Запросто. Меня это не выбивает, даже проще. К тебе на Марафон...

Ройтман: И ты послушно раздобыла полторы штуки баксов и готова отдать их за то, чтоб я тебя материл и оскорблял?

Девушка: Полторы штуки я тебе в понедельник принесу, а пока возьми под залог ключ от машины.

Ройтман: Что за машина?

Девушка: «Мерседес», нормально? Вот стоит, видишь? Мы, все присутствующие, повинувась её руке, послушно посмотрели в окно. Машина была размером с танк и производила впечатление батискафа. Девушка от гордости почти вспыхнула и стала цвета кофты.

Ройтман: Подарили или ты копила на неё?

Девушка: Копила пять лет. Зато именно такая, как я хочу, прям для меня.

Ройтман: И ты готова так вот запросто отдать ключи человеку, которого видишь первый раз в жизни? Причём знаешь, что он оскорбляет и материт. Кстати, как тебя зовут?

Девушка: Милана... Да, я решила — меня уже несёт. Но ты всё равно объясни мне, как может помочь человеку то, что ты его оскорбляешь, а не поддерживаешь? К психологу же ходят за поддержкой?

Ройтман: Ну, смотри. Кто-то за поддержкой ходит, конечно. Психолог час с человеком соглашается, поднимает ему самооценку. Клиент ему доверяет, ждёт, что психолог как-то решит его проблему. Как помещение проветривается. В этом есть, конечно, своя польза, но проблемы таким образом решаются редко. К примеру, ты учила английский? Сначала сдавала TOEFL, да? Сначала академический язык. Но если ты работаешь маркетологом, разведчиком или, скажем, продавцом, тебе этого мало. Ты не будешь разговаривать с клиентами теми фразами, которые пишут в учебниках. Надо выучить ещё неправильный язык — сленг или диалект, или просто научиться говорить неправильно. Вы замечали, что я в своих текстах изменяю порядок слов или неправильно строю предложения, чтобы они царапали, заставляли вчитаться. Ну скажите мне, кто реально матерится, рубит правду-матку, говорит об оргазмах? Да, подростки. Ко мне приходят взрослые дяди-тёти, которые держатся за свои привычные защиты, а я сразу перевожу их в состояние подростков, где у них нет этих защит. Понимаешь?

Девушка серьёзно кивнула, отдала ключ от машины и стала надевать длинный красный сапог.

Тем временем Ройтман вполоборота обратился ко мне. Я была протеже его лучшей подруги, это обязывало верного друга Сашу, хотя не вызывало ни его уважения, ни его интереса.

Ройтман: Денег мне от тебя не надо. Откуда у тебя деньги? Посмотри, на кого ты похожа. Мятое платье и проссанный котом шарф...

Я начала принохиваться к своему шарфу и, если не учуяла, то почти поверила Ройтману. Хотя кота у меня в ту пору не было, так же как собаки и шиншиллы, дети уже подросли, и не было ни единого существа, которое могло бы так поступить с моим шарфом. Платье моё, как и шарф, было из жатого шёлка ручной работы из коллекции «Prekting» немецкого модельера-экспрессиониста Кристиана. Хотя полутора штук у меня по-прежнему не было, а депрессия по-прежнему была, я годами копила на эти шмотки, пытаюсь компенсировать ими свою боль, беспомощность, испорченную фигуру, забитость жизнью и стесненность в средствах. Ройтман не ошибся, просто он считал мою депрессию, которую нутром чуял, а не качество шёлка, в котором мало разбирался. Точнее, депрессия окрашивала мои волосы и шёлк моего платья своей мутной вязкой болезненностью, что считывалось непосредственно, в отличие от нюансов фактуры. Я поняла это спустя пару лет, а тогда, чувствуя обрушение последней защи-

ты, беспомощно опустила руки.

Кровавый Ройтман вонзил свой хирургический инструмент прямо в болезненное место. Мастерски, не целясь. Меча не потребовалось. Чтобы выбить меня из зоны комфорта, достаточно было щелчка по носу, точнее, «плевка в суп»¹⁹. Альфред Адлер²⁰ в этом плевке видел задачу психотерапевта — после него продолжать есть можно, но противно.

Ройтман: Будешь есть хлеб стыда²¹. Сиди за кругом и молчи все четыре дня Марафона. Это будет твоя плата.

Таким образом, мой второй Марафон начался на тех же условиях, что и первый. Я села за круг есть оплётанный суп стыда.

Милана в розовой ангоре добралась утром на метро, запуталась с непривычки к этому виду транспорта и явно скупала по своей большой белой машине.

Ройтман: Ты копила на машину, то есть, где-то работаешь. Где?

¹⁹ Метафора «плевка в суп» описывает метод в адлерианской психологии, где терапевт показывает выгоды, получаемые клиентом от его деструктивного поведения, делая такое поведение неприемлемым.

²⁰ Альфред Адлер (1870 — 1937) — австрийский психолог, психиатр и мыслитель, создатель системы индивидуальной психологии и концепции индивидуальной теории личности.

²¹ «Поэтому даны нам работа и усилия как заслуга для души, так как незаслуженно получающий испытывает стыд», — Рав Ашлаг говорит о работе, которую мы пришли сюда делать, о том, что называется «Хлеб стыда». Человек, который ест то, что он не заработал, испытывает стыд, глядя в лицо дающему. «10 сфи-порт» <https://kabbalah.ru/university/contents/856>

Милана: 8 лет в стриптизе.

Ройтман часто начинал с вопроса «Чего припёрлась?» и требовал перехода на ты, но сейчас стало ясно, что его дерзкая манера, так же как шутки ниже пояса и слово «Раздевайтесь», скорее выкинут из зоны комфорта его самого, чем девушку, сидящую перед ним нога на ногу на высоком табурете. Ройтман продолжал взвешенно и серьёзно.

Ройтман: Тебе нравится там работать?

Милана: Танцевать нравится, это — искусство. А раздеваться и всё остальное — мне приходится. После школы надо было квартиру снимать и, в общем, я не смогла найти другой нормальной работы...

Ройтман, в отличие от меня-ханжи, не стал ёрничать про «нормальную» работу, впрочем, я, как договорились, молчала за кругом. Саша среагировал с искренним любопытством.

Ройтман: Всё остальное, в смысле — проституция? Это обязательно, если работаешь в стриптизе? Или можно без этого — просто танцевать?

Милана: В Ставрополе раньше можно было, в принципе. Но в Москве это одно и то же.

Ройтман: Ты давно в Москве?

Милана: Шесть лет.

Ройтман: Из них пять ты спала за свой «Мерседес»... И купила его, ровно такой, как хотела. Молодец! А ко мне запрос у тебя какой? Что ты сейчас хочешь?

Милана уставилась в окно.

Звонок любимой супруги помог Ройтману перевести стрелки. «Машенька, — сказал он, — у нас тут такая группа интересная собралась, представляешь? Одна — прости-тутка, другая — монахиня». Под «монахиней», видимо, подразумевалась я, как единственная православная из четырёх присутствующих здесь дам.

Вряд ли Ройтман действительно считал меня монахиней, скорее всего, это была метафора или провокация. Но мне было велено молчать, и я молчала. Не спорила, уткнувшись в тарелку стыда.

Когда Ройтман повесил трубку, Милана резко повернулась.

Милана: Я хочу выйти замуж.

Ройтман: Что же тебе мешает? Опустить глаза вниз.

Он спросил серьёзно, помогая Милане нащупать внутри себя, в теле, образ или даже источник её проблемы. Он не ёрничал о традиционном несоответствии её настоящей профессии и будущего замужества. Он был шире штампов, великодушнее, что ли. Он не осуждал. Это было здорово и страшно. А я думала о том, что в Евангелии многие женщины были блудницами, и у Достоевского, и у Лескова.

Милана опустила глаза.

Ройтман: Что ты сейчас чувствуешь?

Губы её дрожали.

Милана: Просто таколучилось... Ну не могла я найти другой работы. Других танцев. Я с детства занималась тан-

цами, я умею очень красиво танцевать.

Милана вдруг зарумянилась, начала улыбаться.

Милана: Мне хорошо.

Ройтман: Где?

Милана: В животе, в позвоночнике, между ног, в подьеме, в груди, по всему телу...

Ройтман: Тебе хорошо, когда ты танцуешь? Когда на тебя смотрят?

Милана: Да.

Ройтман: Когда ты раздета? Когда «всё остальное»? Когда тобой восхищаются? Когда дают деньги?

Милана: Да, да!!!

Ройтман: Тебе можно получать от этого удовольствие? Ты разрешаешь себе?

Милана напряженно сжалась, потом открыла глаза.

Милана: Да. Разрешаю.

Сказала и сама удивилась, а потом повела плечами, будто скинула гипс или корсет... Ройтман предложил ей проверить себя, прибавляя к названию её древнейшей профессии фразы «я хочу быть», «я могу», «я должна», «я не могу», «я не хочу», «я не должна», «я разрешаю себе», «я не разрешаю себе».

Ройтман: Как тебе это? Отслеживая свою реакцию на все эти варианты, позволяя их себе, ты ощущаешь, что у тебя есть выбор. Когда у человека выбора нет — это ситуация психоза, когда судьба тебя волочит. Осознавая, что тебе не

приходится, что ты сама можешь выбирать, ты получаешь авторство своей судьбы.

Тема авторства своей судьбы, похоже, Милане понравилась. Теперь она сидела нога на ногу на высоком стуле в своих блестящих трико и назидательно делилась с нами историями о восторженных поклонниках, которые клали ей купюры в завязки бикини.

Но, честно говоря, проститутка в качестве учителя жизни меня категорически не устраивала. Одно дело — признать право на существование такого выбора ради чего-то большего, или уважать в человеке любой профессии добрые побуждения души. Но выслушивать презрительные тексты о том, как чужие мужья, используя её разнообразными способами, врут своим недалёким женам, что зашли в продовольственный магазин... Милана делилась своим опытом подробно, остроумно и заманчиво, волнуя и располагая к себе находящиеся рядом мужчин, даже Ройтмана. Но ещё более восхищённо, с интересом и завистью, смотрела на Милану сухая дама с колючими глазами, много лет брезгливо отвергавшая мужа за его связь на стороне. Надо заметить, муж её при этом продолжал содержать, Милану же содержало её ремесло. То есть, обе эти женщины, в отличие от меня, имели возможность заплатить за группу Ройтмана полторы штуки баксов. Я, яростно глотая хлеб стыда, молчала из последних сил.

Ройтман: Милана, ты правда уверена, что хочешь выйти замуж? Чтоб тебе ввали про продовольственный магазин?

Милана: Я не понимаю, почему он на мне не женится... Он говорит, что любит меня.

Тут я всё-таки заржала в голос, а Ройтман строго на меня посмотрел. «Урыл и закопал», как говорит моя младшая дочь Манюня.

Ройтман: Ты знаешь, как я женился на своей Машке? После развода с первой женой у меня было одновременно восемь женщин, и со всеми хорошие отношения. Все они убирались в моей квартире, готовили еду, помогали мне, пили со мной, откровенничали. Когда Машка пришла ко мне на Марафон, я совершенно не собирался жениться. Однажды ночью она сказала мне: «Я больше не буду предохраняться. Если тебе нужен ребёнок — он твой. Если нет — ты о нём даже не узнаешь. Если ты хочешь, чтобы я не забеременела, предохраняйся сам». Она ни о чём не просила, не требовала, не обязывала меня ни к чему, ничем не ограничивала мою свободу. Она хотела родить от меня ребёнка и полностью брала на себя ответственность за это, оставляя мне свободу поступать как угодно. Это было так по-настоящему! Я был шокирован. Пошёл ко всем своим женщинам и закончил отношения с каждой из них, после чего вернулся к Машке и сделал ей предложение. Я не собирался жениться, имея дочь от первого брака, и категорически не хотел детей. В итоге я женат пятнадцать²² лет и счастлив до сих пор. У нас с Маш-

²² Ройтман с Машей женаты 25 лет, но Марафон, описанный в этой главе, проходил 10 лет назад.

кой четверо детей, и самое большое удовольствие для меня — зарабатывать для них деньги и быть им полезным...

Женщина в белой майке с тонкими чертами и горькой складкой у рта: Но ведь ты мог бы не жениться. Тогда это была бы совсем другая история. Не такая красивая.

Ройтман: Красота в том, что она хотела и взяла на себя ответственность.

Женщина: И в том, что ты в ответ взял на себя ответственность — женился. У меня, например, произошло по-другому. Я взяла на себя ответственность — и что? 20 лет одна воспитывала дочь. Она ни разу не видела своего отца!

Ройтман: Тебя как зовут?

Женщина: Кира.

Никогда не видела, чтобы майка так подчеркивала красоту. Кира потом сказала, что дело именно в майке — майка хорошая. Верю, что бывают волшебные майки, но дело явно не только в ней.

Ройтман: Кира, отец твоего ребёнка вообще не появляется в вашей жизни? Никак не участвует в воспитании?

Кира: В моей жизни появляется, конечно. Мы с ним встречаемся до сих пор — два раза в неделю. В воспитании он не участвует совсем, только деньги даёт. Купил на моё имя загородный дом. Машины мне меняет раз в три года.

Ройтман: Получается, ты тоже проститутка?

Кира: Я???? Нет! Я такая же проститутка, как твоя Маша.

Ройтман: Маша — не проститутка, у неё муж есть.

Ройтман провокационно улыбнулся.

Кира: Что получается? Маша полюбила мужчину, и я полюбила. Маша взяла на себя ответственность, и я взяла. Обе любим, обе верны. Обе воспитываем любимых детей. Разница только в том, что ты женился, а он — нет. Но это — его ответственность, а не моя. Разве ЕГО выбор может сделать МЕНЯ проституткой?

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.