

# ИНТЕРВЕНЦИЯ



18+

Эдриан Уортингтон

**Интервенция**

«Автор»

2026

## **Уортингтон Э.**

Интервенция / Э. Уортингтон — «Автор», 2026

Тридцать лет клинической практики. Кандидатская диссертация. Сотни спасённых браков. Два идеально оформленных развода без единого крика. Доктор Эдриан Уортингтон научился виртуозно возводить фасады - для пациентов и для себя. Его коллеги называли это профессиональной устойчивостью. Он называл это стерильностью. Но под толщей бетона, логических схем и правильных привычек всегда дремлет Оно - первобытное, тёмное, животное бессознательное, которое не знает протоколов. И когда идеальный терапевт решает применить к себе самую опасную интервенцию из всех возможных, верхние этажи безупречной жизни затапливает тьма, которой он так долго управлял в чужих головах. Это не учебник. Это исповедь.

© Уортингтон Э., 2026

© Автор, 2026

# Содержание

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| Глава                             | 5 |
| Аннотация                         | 5 |
| Введение                          | 6 |
| Глава 1. Стерильный Бог           | 7 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 9 |

# **Эдриан Уортингтон**

## **Интервенция**

### **Глава**

#### **Аннотация**

Тридцать лет клинической практики. Кандидатская диссертация. Сотни спасённых браков. Два идеально оформленных развода без единого крика. Доктор Эдриан Уортингтон научился виртуозно возводить фасады - для пациентов и для себя. Его коллеги называли это профессиональной устойчивостью. Он называл это стерильностью.

Но под толщей бетона, логических схем и правильных привычек всегда дремлет Оно - первобытное, тёмное, животное бессознательное, которое не знает протоколов. И когда идеальный терапевт решает применить к себе самую опасную интервенцию из всех возможных, верхние этажи безупречной жизни затапливает тьма, которой он так долго управлял в чужих головах.

Это не учебник. Это исповедь.

## Введение

В современной психотерапии принято считать, что личность терапевта — это его главный рабочий инструмент. Инструмент должен быть чистым, откалиброванным и лишённым собственных трещин. Нас учат контейнировать чужую боль, перерабатывать чужой страх и оставаться безупречным зеркалом, в котором клиент сможет наконец разглядеть своё исцеление.

Но никто не учит тому, куда девается коготь, которая неизбежно оседает на внутренней стороне этого зеркала.

За тридцать лет клинической практики я научился виртуозно возводить фасады. Мой фасад стоил дорого: кандидатская диссертация, сотни спасённых браков, звание одного из лучших когнитивно-поведенческих терапевтов страны, два идеально оформленных развода без единого крика и взаимных претензий. Я превратил свою жизнь в КБТ-таблицу, где каждый стимул находил рациональный ответ, а любая деструктивная эмоция уничтожалась ещё на подлёте.

Мои коллеги называли это профессиональной устойчивостью.

Я называл это стерильностью.

Трагедия любого «бога от психотерапии» заключается в том, что когда ты слишком долго и слишком успешно чинишь чужие разумы, твой собственный начинает казаться тебе неуязвимым. Ты забываешь, что под толщей бетона, логических схем и правильных привычек всегда дремлет Оно - первобытное, тёмное, животное бессознательное, которое не знает протоколов Аарона Бека. И чем сильнее ты давишь его своей правильностью, тем страшнее будет взрыв.

Эта книга - не учебник. Это история о том, как идеальный человек, спасаясь от удушающей внутренней пустоты, применил к себе самую опасную интервенцию из всех возможных. История о том, как верхние этажи безупречной жизни затопила тьма, которой я так долго управлял в чужих головах.

Меня зовут доктор Эдриан Уортингтон. И это моя исповедь.

## Глава 1. Стерильный Бог

В кабинете доктора Уортингтона пахло старой бумагой, дорогой кожей и абсолютным, удушающим покоем.

Последний этаж клиники «Worthington & Partners» он проектировал лично. Стены, обшитые тёмным орехом, полностью поглощали уличный шум. Встроенная библиотека вдоль левой стены - тысячи томов по когнитивно-поведенческой терапии, нейробиологии, клинической психиатрии - выстроена в маниакальном хронологическом порядке: ни один корешок не выступал из общей линии. В центре стоял массивный дубовый стол: раскрытый кожаный блокнот, перьевая ручка, планшет, хрустальный стакан с талой водой. Из панорамных окон - терраса с видом на исторический центр, каменные кадки, туи, подстриженные с хирургической точностью. Здесь не было случайных предметов. Каждая деталь говорила клиенту одно: ты в безопасности, здесь правит порядок.

Эдриану было пятьдесят два года, и он выглядел как живая реклама собственной клиники. Подтянутый, сухой, с военной осанкой, которую держали силовые тренировки и ежедневная йога. Седина на висках казалась работой стилиста. Серые глаза смотрели с той особой пронизательностью, которая одних успокаивала, других заставляла смотреть в пол. Он правильно питался, не курил, почти не пил, следил за показателями крови. Два брака остались в прошлом, но он выстроил с обеими бывшими жёнами коммуникацию настолько экологичную, что они до сих пор поздравляли друг друга с праздниками. Дети звонили регулярно и искренне считали его главным ментором.

Эдриан Уортингтон был эталоном. Скалой, об которую разбивались чужие ментальные штормы.

— Я просто... я просто больше не чувствую, что он меня любит, — всхлипнула женщина в кресле напротив.

Элен. Тридцать пять лет, жена крупного застройщика. Безупречное шерстяное платье кремового цвета, жемчужные серьги, тонкое обручальное кольцо. Бледная кожа, пшеничное каре, незащитные голубые глаза, сейчас полные слёз. Макияж поплыл. В руках она судорожно комкала третью салфетку. Дорогая фарфоровая кукла, которую случайно выставили на сквозняк.

Эдриан сидел чуть наклонившись вперёд. Открытые ладони, расслабленные плечи, угол корпуса — всё выверено годами практики. Бархатный голос звучал как дорогое успокоительное:

— Элен, вернёмся к нашей когнитивной карте. Мысль о том, что он вас не любит — это автоматическая мысль. Каковы объективные факты, подтверждающие её?

Она подняла на него заплаканные глаза, полные обожания и надежды.

Эдриан мягко улыбнулся.

Внутри него в этот момент стояла ледяная, звенящая тошнота.

«Господи, какая же ты предсказуемая, — думал он, фиксируя взглядом траекторию слезы на её щеке. — Твой мозг работает по заезженному скрипту. Твоя драма банальна до убожества. Три правильные фразы из протокола, таблица "Мысль-Эмоция-Реакция" — и ты успокоишься. Ты заплатишь мне пятьсот фунтов за этот час и выйдешь отсюда с ощущением чуда. Но мне тошно. Мне тошно от того, как легко вами управлять. Я знаю вас всех насквозь. Вы все — детские книжки с крупным шрифтом. Кто, чёрт возьми, починит меня самого?»

Эта пустота внутри него в последнее время стала почти физической — плотной, звенящей, как натянутая струна перед разрывом. КБТ, которой он отдал тридцать лет, внезапно казалась ему мёртвой математикой. Логика больше не грела. Его идеальный мир с правильным

питанием, бесконфликтными разводами и успешными детьми напоминал пластиковый макет города, в котором нет живых людей.

По ночам подсознание, загнанное в жёсткие рамки дневного самоконтроля, мстило. Ему снилось, что его дубовый стол гниёт, покрываясь чёрной слизью, а из-под кожаных диванов поднимается тёмная вода. По этой воде к нему плыли женщины без лиц — только глухие кожаные маски, только тела, изгибающиеся в хищных позах. В его снах пахло тем, чего он никогда не позволял себе наяву: табачным дымом, жжёным сахаром, потом. Он просыпался в четыре утра с колотящимся сердцем, и тело — не знавшее токсинов, вымуштрованное годами ЗОЖа — кричало о голоде. Ему нужно было что-то грязное. Что-то, что выбьет его из этой удушающей правильности.

Точка перелома случилась три месяца назад.

После очередной недели в роли живого контейнера для чужой боли Эдриан закрыл кабинет на ключ. Руки слегка дрожали, когда он открыл ноутбук в режиме инкогнито. Он вбивал запросы, от которых его профессиональное «Сверх-Я» должно было содрогнуться: БДСМ, элитный эскорт, садомазохизм, доминирование. Он искал не молоденькую девочку для банального секса. Ему была нужна его собственная Тень.

Он выбрал анкету с псевдонимом Лулу. Никакого лица на фото — только тяжёлый, волевой подбородок, чёрный латексный корсет и взгляд из-под маски: холодный, властный, пугающе спокойный.

А

## **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.