



ОММУТ

12 лет в капкане лжепсихолога

ЕКАТЕРИНА ВАСИЛЕНКО

Новые авторы

Екатерина Василенко

Омут

«Автор»

2024

Василенко Е.

Омут / Е. Василенко — «Автор», 2024 — (Новые авторы)

Мы обращаемся к коучам, психологам, менторам, наставникам, духовникам не просто так, а когда у нас есть внутренний конфликт, но он настолько подавлен, что мы прикрываемся поверхностными потребностями, а что там, за фасадом – невозможно увидеть. Мой путь самопознания и принятия не назовешь простым. Он был основан на подавлении личности и на чувстве вины. Я, не покладая рук, трудилась, чтобы стать достойным человеком и платила за это временем, деньгами и сломанной психикой. Служила психологу 12 лет, как, впрочем, и всю свою жизнь служила – чужому мнению, ожиданиям других людей: мужу, знакомым, влиятельным фигурам, тем, кто встречался на пути, да даже хотела угодить продавцу и покупала то, что не хотела, чтобы не обидеть. Я думала, что только тогда буду достойна и своего мужа, и детей, и этой жизни, когда стану сверхчеловеком и избавлюсь от темной стороны. Поэтому в своей книге я, в первую очередь, хочу донести мысль о том, что все мы прекрасны такие, какие мы есть.

© Василенко Е., 2024

© Автор, 2024

Содержание

Глава 1. Кто я?	5
Глава 2. Зачем вам эта книга?	7
Глава 3. Детство, или откуда растет наша личность	8
Глава 4. А может, замуж? Отношения с первым мужем с юмором и грустью	10
Глава 5. Поездка в Японию и переломный момент. Измена	11
Глава 6. Рождение детей и попытка простить измену	14
Глава 7. Первая встреча с психологом	16
Глава 8. Опыт с другими психологами	17
Глава 9. Новый психолог выделился на фоне других	19
Глава 10. Над чем начали работать, с чем я пришла и мой первый запрос	21
Глава 11. Как психолог мне корону на голову надела	22
Глава 12. Мой муж теперь тоже в психоанализе	23
Глава 13. Мой бизнес и психолог	25
Глава 14. Как я забыла детей в аптеке	26
Конец ознакомительного фрагмента.	27

Екатерина Василенко

Омут

Глава 1. Кто я?

Я с детства задавалась вопросами:

– А кто я? А почему меня назвали Катей? А почему я родилась в Сибири, а кто-то в Африке или во Франции? А как так люди живут, что у них нет зимы? А что я могу придумать, чтобы мама не растривалась?

И, поверьте, это еще далеко не все мои детские вопросы.

Неужели детство у всех такое сложное? А как сделать так, чтобы мои бабушки и дедушки не умирали? А точно работает, если поплевать через плечо три раза? А может ли так быть, что в мире никогда не будет войны? А как так соединить эти узоры на ковре, чтобы получился цветок? А каким бы новым маршрутом дойти до музыкальной школы, чтобы было интересней?

Сейчас я взрослая, но мой пытливый мозг все равно задается разными вопросами, на которые обязательно нужны ответы. Этот поиск и делает мою жизнь увлекательной, но в то же время безумно сложной. Но я поняла одно: я расту благодаря непростым обстоятельствам. Не знаю, может быть, это мое предназначение, а может, я пока просто не научилась пользоваться чужим опытом и пробую все сначала на себе. А может быть, наоборот, мой опыт поможет кому-то, кто читает эту книгу, и это уже будет полезный вклад в этот мир, о котором я мечтаю с детства.

Все говорят, что я сильная, но я пока это не приняла в себе. Я думаю, что мой позитивный взгляд на жизнь просто не дает мне остановиться и разочароваться, ведь я же еще не все попробовала.

Я родилась в Иркутске, где суровые и долгие зимы, где сохранилось деревянное зодчество и веет стариной, и грустью. Где властвует батюшка-Байкал с его легендами и преданиями. Может, это укрепило мой характер?

Сегодня мне уже 43 года и я уже живу в Германии, у меня две дочери и второй брак. В 40 лет я решила сбросить все свои настройки и начать жизнь с нуля. Страшно ли мне было? Наверно, да.

Представьте, как вы обновляете свой телефон до заводских настроек, удаляете все контакты, фото, чаты, приложения, заметки... Ну, как? Нечто похожее чувствовала и я, но мой дух авантюризма всегда держит меня на плаву. Не зря и книга эта родилась, как итог того, что со мной случилось.

За свою жизнь я освоила много профессий. По образованию я преподаватель японского языка, поэтому, окончив университет, я полностью отдалась работе со студентами и своей кафедре, я осуществила свою детскую мечту – стала учителем.

Позже я очаровалась рисованием на песке и решила, что иркутяне точно должны это увидеть, и я хочу подарить этот проект своему городу:

Одержимая этой идеей, я научилась рисовать и сделала на этом небольшой бизнес, который подарил мне деньги и новые возможности. Поэтому я с чистой совестью уволилась из университета и начала дарить людям праздник, пополняя арсенал шоу-программ и в дополнение став ведущей.

А года четыре назад, после периода, описанного в этой книге, я выучилась на коуча. Мне хотелось помочь себе, узнать о позитивных методах поддержки и мотивации, но так случилось, что я сама стала помогать людям.

Уже почти два года живу в Германии. Об этом периоде становления я планирую написать новую книгу. Но, немного забегаю вперед, скажу, что здесь я снова реализовалась как учитель: работаю с иностранными (не немецкими) детьми в школе, помогаю им в изучении языка, в интеграции в местное общество и просто поддерживаю их на пути взросления.

Был такой период в Германии, когда я работала даже на складе. В полной мере поняла тогда, что значит работать руками. Но и там, таская тяжелые коробки с землей и сортируя мусор, я не унывала. Мой беспокойный ум и не любящая однообразия натура придумывали схемы сокращения рабочего времени, оптимального подхода к уборке. И через полгода, по окончании моего испытательного срока, мне сказали, что я ценный работник, и со мной были готовы заключить бессрочный контракт. Но к тому времени я уже получила предложение работать в школе.

А вообще, в основе всей моей деятельности лежит помощь людям – это, действительно, делает меня счастливой, и я поняла, что это и есть мое призвание и вдохновение. Может, эта книга и станет маленьким шагом на пути к большой мечте.

Эта книга будет о большом периоде моей жизни, связанным с психоанализом. Но без описания моей жизни сложно будет понять, что меня туда привело и оставило на целых двадцать лет.

Глава 2. Зачем вам эта книга?

Что вам может дать моя книга? Одна из самых непростых глав для меня.

Изначально я планировала писать только про мои отношения с психологом и о том, как можно попасть в зависимость. А потом поняла, что эта история с психоанализом – кусок жизни с завязкой и развязкой.

Почему именно я осталась у этого психолога на двенадцать лет? Почему мои многие знакомые, кому я рекомендовала специалиста, после первой встречи с ней говорили, что я слепа, и спокойно уходили.

Для меня важно открыть нюансы своей жизни, своих моделей поведения, своего опыта как успешного, так и провального.

Эта книга про меня и, наверное, про тех женщин, у которых нет глубокого понимания себя. Кто, вообще, толком и не жил никогда для себя, а жил интересами других людей. Кто однажды проснулся и подумал: а где мое место в этой жизни, и чего я реально хочу?

Мы обращаемся к коучам, психологам, менторам, наставникам, духовникам не просто так, а когда у нас есть внутренний конфликт, но он настолько подавлен, что мы прикрываемся поверхностными потребностями, а что там, за фасадом – невозможно увидеть.

Мой путь самопознания и принятия не назовешь простым. Он был основан на подавлении личности и на чувстве вины. Я, не покладая рук, трудилась, чтобы стать достойным человеком и платила за это временем, деньгами и сломанной психикой. Служила психологу, как, впрочем, и всю свою жизнь служила – чужому мнению, ожиданиям других людей: мужу, знакомым, влиятельным фигурам, тем, кто встречался на пути, да даже хотела угодить продавцу и покупала то, что не хотела, чтобы не обидеть.

Служить себе не умела и боялась, иначе мой психоанализ закончился бы на первой встрече, так как уже тогда можно было насторожиться.

Я думала, что только тогда буду достойна и своего мужа, и детей, и этой жизни, когда стану сверхчеловеком и избавлюсь от темной стороны. Но эта борьба может закончиться ничем. Поэтому в своей книге я, в первую очередь, хочу донести мысль о том, что все мы прекрасны такие, какие мы есть.

Мой психоанализ – это лишь та среда обитания, которая мне была всегда знакома. Поэтому я и чувствовала себя там, как рыба в воде. Для меня было это нормой.

Я осталась в аду психоанализа на 12 лет. Но к пониманию того, что это был ад, я пришла намного позже – когда уже надо было принять решение: жить или не жить. И я выбрала жить, и тогда все обстоятельства стали складываться под меня.

Поэтому эта книга о том, как принять себя, как прийти к осознанию, что мы просто люди со своими пороками и со своими замечательными качествами. Что все имеет место быть в этом мире.

Да, можно стать другим и поменять свою личность, только какой ценой?

Мы уже прожили жизнь, добились каких-то успехов и результатов, у нас сформировалось представление о мире. Каждый из нас – **УЖЕ ПОЛНОЦЕННАЯ ЛИЧНОСТЬ**, и у любого из нас априори есть весь потенциал и все ресурсы, чтобы красиво жить, никто не имеет права ломать этот мировой шедевр и вмешиваться в процесс мироздания.

Только внутри нас есть знания про себя и концепция себя.

Глава 3. Детство, или откуда растет наша личность

В детстве я занималась профессиональным плаванием и была включена в олимпийский резерв.

Что такое плавание? Это спорт, где нельзя обойтись без выносливости – скрипя зубами, через «не могу», где ты постоянно с собой наедине. Идет тренировка три часа, и ты плаваешь эти нескончаемые километры. Вокруг вода и бортики, которые отбивают по 25 метров дистанции. И где-то ментально ты еще чувствуешь тренера с секундомером и его подбадривающей речью – она прорывается сквозь шум воды и давление у тебя в ушах. А еще твои удары сердца, как камертон, задают ритм.

Три часа я плыву на автомате, только мозг гоняет ураган мыслей: «Вот бы бросить это все прямо сейчас! У меня нет сил. А что подумает папа? Я же его подведу. Да и тренер сказал, что у меня все перспективы в руках... Сейчас бы домой – рухнуть в кровать и уснуть... Эх! Надо бежать после тренировки в музыкальную школу. Ее бросить тоже не могу, так как расстроится мама – столько положено сил».

Проще не думать и делать, но это же так невыносимо! Терпи! Как-то это решу и что-нибудь придумаю...

Талант подстроиться под обстоятельства или под человека, вести долгие монологи, терпеть и договариваться с собой, переносить тяжелые события был у меня с самого детства.

Я настолько была хладнокровна к себе, к своим эмоциям и чувствам, что в 13 лет спокойно перенесла изнасилование в другом городе и, не сказав об этом никому, сама переживала происшедшее.

Смирилась с тем, что моим первым мужчиной теперь навсегда останется тот пожилой питерский интеллигент. Он сыграл на моей детской доверчивости и ответственности, сказав, что ему нужна моя помощь, чтобы дойти домой, потому что ему плохо с сердцем. И я, такая наивная и открытая, побежала «спасать человека».

Это история из моей жизни многих бы шокировала.

Там были все пункты жуткой криминальной трагедии: нож, шестичасовое истязание... А я приняла это, и сбежав от него чудом, в час ночи шла одна по трамвайным путям до гостиниц, где мы жили с группой детей. При этом думала: как хорошо, что успела схватить свою сумочку с документами и деньгами.

Главное – я жива, а остальное можно забыть. Я отложила все неприятное и болезненное «далеко на полку», так я всегда делала. Это как на тренировке по плаванию: всего лишь до боли знакомый мне бассейн на 25 метров, главное – доплыть до бортика, а там можно снова оттолкнуться.

Надо придумать историю для других – например, что я просто задержалась у сестры. О случившемся родители никогда не должны узнать, ведь я их опять подведу и очень расстрою!

Сейчас у меня с родителями замечательные отношения. Я знаю: они все делали так, как умели, и если бы у них в то время была возможность помочь себе, то они бы ею воспользовались, просто время было другое.

Поэтому я описываю детство, как факт моей жизни, и все. Но факт, который повлиял на ход событий.

Сейчас я сама мама и делаю ошибки. Знаю, что моим детям есть, за что на меня обижаться.

Я знаю, что моя мама многое не может простить себе, она часто старается поговорить о тех моментах из моего детства. Сейчас мои родители далеко от меня, и мне так хочется их обнять. У меня в душе накопилось очень много теплоты к ним. Надо ценить настоящее, да и я

уже не ребенок, поэтому понимаю: зачем кого-то осуждать, если можно и нужно просто взять ответственность за себя в свои руки. Ведь у нас всегда есть выбор.

Может, многие и ждут от меня похожих историй о нестабильной маме, о холодном папе. Но у них тоже были на то причины быть такими, какими они были. Это сейчас много информации, грех не задуматься и не порыться в интернете и поискать ответы на свои вопросы. А тогда такого не было, справлялись сами, как могли.

Постараюсь просто по возможности кратко описать мое тогдашнее состояние.

Вспоминая о детстве, я ощущаю хаос: там не было логики, своего пространства, так как жили мы еще с бабушкой и дедушкой, и было много моей детской уязвимости и много моего творчества, так как нужно было приспособливаться к условиям и обезопасить себя. Кстати, сейчас мне эти навыки очень пригождаются.

Я считала, что за любовь родителей нужно хорошо побороться, быть достойной этой любви и нужно очень стараться. Я четко поняла одно: быть хорошей, быть первой, быть лучшей – это и есть ключ к тому, чтобы меня любили. Но так получалось очень редко, и на это уходили все детские силы. Поэтому часто меня было не за что любить.

Я хорошо запомнила огромный ящик на ножках в прихожей, на который складывали одежду, это было моим местом тишины между бассейном, музыкалкой и обычной школой. Я заходила домой, облакачивалась на ящик и лежала закрытыми глазами, так меня никто не трогал, и я могла немного побыть одна.

Но при этом у меня было много друзей, я была счастлива, когда мы с мамой придумывали номера для утренника в детском саду, так как мама была музыкальным руководителем.

Я любила вечерние прогулки, и у нас с мамой была такая игра – заглядывать в горящие окна и додумывать истории людей.

Я всегда с радостью ждала дома папу. Он руководил стройкой, много работал. Когда вечером в одно и то же время щелкал дверной замок, на душе у меня становилось тепло. А еще он мог выполнить мой заказ и достать где-то по знакомству – ведь тогда в магазинах ничего не было – немецкого пупса, который умел плакать или смеяться. Или страуса, который мог важно ходить, когда им управляли за веревочки.

Еще у нас всегда было много животных. Мы ездили всей семьей каждое лето на Байкал, вместе играли. Позже мы с братом получили свою комнату, папа стал брать нас в путешествия. Не все так уж и печально. Жить можно, и еще как.

Глава 4. А может, замуж? Отношения с первым мужем с юмором и грустью

Как только у меня появилась возможность уйти из дома, выйдя замуж, я быстро ею воспользовалась, не считаясь со своими чувствами и игнорируя все сигналы Вселенной. Ведь мне казалось, я обладаю тайными знаниями – умею завоевывать любовь и служить людям. И потом, у меня было правило: даже если все плохо, я все равно выкручусь. Про то, что я испытывала тогда, мне сложно сказать. Может, хотела сбежать во взрослую жизнь, может, сложно было отказать будущему мужу, так как я не умею говорить «нет», а может, как всегда, жажда неизвестного. Но и все таки я влюбилась.

А еще я считала, что истинная жизнь – это цепочка драматических событий, с надрывом, большой любовью и прочим подобным репертуаром «страстей». Потому что, переживая болезненные отношения, я чувствовала себя живой.

Мой муж полностью соответствовал моей картине мира и знаниям про себя. В нем было все, что мне так было привычно с детства: он открыто говорил о моих недостатках и часто был недоволен мной. Я же считала, что это забота обо мне и моя возможность расти в отношениях. Потом, любовь же надо завоевывать, и поэтому все логично.

Он любил рассказывать о своих романах с другими дамами, а я старалась стать еще более совершенной женщиной для него. В таких отношениях я хоть что-то могла чувствовать, и это было большим плюсом. За пять лет брака наша с ним жизнь превратилась в «интересный» аттракцион с хитростью, страданиями, страстью, любовью и ненавистью. В нашей жизни была та самая драма, в которой я чувствовала себя как рыба в воде. Мы были похожи и отлично дополнили друг друга.

Он реализовывал в отношениях свою скрытую агрессию и господство, а я бегала по классическому треугольнику и была то жертвой, то спасителем, то карателем. Мы были несчастны, но в тоже время счастливы, так как нашли для себя дополнительные пазлы друг в друге.

Мне постоянно не хватало его внимания и любви. И доходило порой до абсурда, чтобы хоть как-то увидеть эти его проявления в свою сторону. Сейчас я понимаю, что мне просто не хватало его понимания и сострадания, я ждала от него, что он излечит мою душу, хотя и его душа была тоже хорошо ранена.

Однажды мы поехали отдохнуть на реку. Это был очередной и непростой период в наших отношениях. И я придумала план. Муж сидел на берегу и наблюдал за водой. А я решила подняться выше по течению, зайти в воду в одежде и эпично проплыть мимо него по реке, лежа на спине и скрестив руки. Я прошла выше по берегу, но здравый рассудок мне подсказал, чтобы я сильно не рисковала и хотя бы сняла одежду, ведь потом домой ехать на автобусе. И умирать-то на самом деле я не собиралась, а просто хотела произвести впечатление и немного испугать его. Я разделась, зашла в ледяную воду и начала свой феерический сплав. И вот я красиво проплываю возле него, а он уже в этот период занят чем-то другим и не замечает мое тело, брэнно сплавляющееся по горной реке Иркут. В своем плане я не все учла, он провалился, и я начала судорожно, справляясь с течением, выкарабкиваться на берег. Это зрелище и предстало его взору, и он начал смеяться, я тоже смеялась до слез, но душа моя плакала.

Вот так мы развлекались в браке пять лет, еще и думая о детях. Но они пока ждали, для них еще было слишком рано, мы должны были хоть как-то научиться любить друг друга и понять прежде всего себя.

Глава 5. Поездка в Японию и переломный момент. Измена

Я работала в Инязе на кафедре восточных языков преподавателем японского языка, параллельно еще подрабатывала в госуниверситете. Несколько раз я подавала свою кандидатуру на грант для преподавателей, и вот в очередной раз мне пришел положительный ответ. Да, я лечу в Японию да еще и на целых шесть месяцев. Вау! Для меня это реально был некий вызов и признание себя. Помню этот день: я вышла с работы и шла к своему автобусу, а сердце ликовало, и даже грязная весна мне казалась прекрасной, и хоть поездка намечалась только на сентябрь, настроение уже было чемоданное.

Не помню, как пролетело время до моего отъезда, но помню день прощания. Для меня это был первый опыт долгого отсутствия и расставания с семьей. Я тогда заметила, что муж проводил меня достаточно спокойно. Думаю, я ловила кайф от побега, а он – от своей кайфовой свободы и жизни без меня. Странно, но это факт.

Я помню, как долетела до Хабаровска, где должна была получить визу, и первый раз разговаривала с моей бабушкой по телефону. Я безумно ревела в трубку. Во мне боролись две личности: хорошей дочки, внучки и жены и вторая часть – авантюристки.

Мне уже нравился Хабаровск. С определенным климатом, с людьми в транспорте, которые ехали с дачи, набитые желтыми помидорами и виноградом, с Амуром и набережной, с архитектурой. Я была полностью открыта для приключений.

Я познакомилась в Хабаровске со своей коллегой из Якутска, мы вместе должны были вылетать в Японию и получать визу. Мы классно проводили эти дни до отлета: гуляли, ходили в кино. Я думаю, что она тоже наслаждалась свободой, у нее уже был сын на тот момент. Она была моей ровесницей, но наличие ребенка придавало ей серьезности, взрослости и рациональности.

А мне просто снесло голову от этой самостоятельности! Смешно, конечно, если я напишу, что мне уже было 24 года, я исполняла обязанности заведующей кафедрой и несла ответственность за коллектив и работу. Но при этом я чувствовала себя крайне скованной обстоятельствами, как было с самого детства. И с этой снесенной головой я оставляю свою маленькую кожаную сумочку в кафе, где мы с коллегой прекрасно провели время. Там, в этой сумочке, были все документы и полученная виза. Но мне так было хорошо, что про пропажу я вспомнила только спустя часа два. Ворвавшись в кафе, я увидела сумочку на прежнем месте, поэтому мой отлет благополучно состоялся, но эта ситуация немного привела мои мысли в порядок и эйфория подутхла.

Эти полгода в Японии были очень насыщенными. Мы жили недалеко от Токио, поэтому я наслаждалась жизнью между огромными кусками учебы. Я кайфовала, тоска отступила, и тот первый день в Японии, когда мы с якутской коллегой рыдали на балконе, был уже далеко в прошлом.

Регулярно я созванивалась с мужем, отчитывалась. Потом созвоны стали реже. Меня поглотила Япония, мне нравилось здесь все. Я обрела замечательных друзей, новые эмоции, жизнь в современном мегаполисе вперемешку с японской самобытностью, ни с чем несравнимой. Мне выплачивалась стипендия, поэтому было и на что разгуляться. Весь день мы учились, а вечером неслись по магазинам. Потом посиделки на кухне с друзьями, делились сокровенным, ну, а ночью домашняя работа. В выходные удавалось выбраться на латиноамериканскую дискотеку и всю ночь танцевать под возбуждающую тело музыку. А потом сидеть в круглосуточном Макдональдсе, ждать, когда откроют метро, и с наслаждением жевать гамбургер, запи-

вая колой. Мы много путешествовали, я увидела разную Японию, да и учиться для меня тоже было в удовольствие.

Я уехала в сентябре, а уже в ноябре я узнала, что папа мужа болен раком. Это известие меня потрясло, я любила его родителей. Поэтому странное отношение мужа ко мне я приняла за стресс: он решил прилететь ко мне на Новый год на неделю, и мы встретились в Японии.

Мы встретили вместе Новый год и даже умудрились поссориться в первый день посреди Токио возле известного памятника Хатико. Я чувствовала, что у него не было никакой радости от встречи. Его мысли были заняты совсем уже другой историей. Он был счастлив, я это видела, хотя говорила себе, что это стресс и просто нужно его поддержать.

Муж приехал ко мне другим. У него были выкрашены волосы, он ходил по магазинам и с моей помощью покупал себе ультрамодные вещи. Он доверял мне в этом плане, так как со мной он однажды полностью поменял свой стиль, полюбил это дело и с тех пор с жадной экспериментировал. А еще он был со списком подарков и искал что-то с Хелло Китти, так как одна его сотрудница сделала такой заказ. Она была дизайнером в фирме у моего мужа. Было все понятно, но я почему-то тоже искала эту гребаную Китти, чтобы девушка была довольна.

Неделя пролетела быстро. Муж уехал домой, но мы оба не расстроились, хотя пытались сделать грустные лица при расставании. Так прошла вторая половина моего пребывания в Японии.

Я долго думала над нашими отношениями, и мне было страшно признаться, что я тоже не хотела с ним жить.

В феврале я встретила свое 25-летие в Киото. Праздник получился необычным. Я позвала друзей, и мы пошли наобум искать ресторан, но все уже закрывалось. И тут один пожилой японец пригласил нас в свой маленький семейный ресторан. Он даже сделал для меня маленький тортик, я задула свечу, и он сказал, что сделает мне подарок – гадание по руке. Японец оказался талантливым хиромантом.

Он тогда мне предсказал многое, что мне показалось несбыточным. Например, что у меня будет второй брак и я очень поменяюсь внутренне. И вообще, что меня ждут непростые времена, но я справлюсь, а еще я помогу многим людям.

В марте стажировка закончилась, я возвращалась домой. На душе было очень тяжело, опять начиналась эта долгая и грязная весна. Новости меня ждали страшные: умерла моя бабушка, не дождавшись меня всего три дня, папа мужа был уже совсем на последнем издыхании, болезнь его просто очень быстро съела. И мой муж оказался совсем чужим для меня.

Я уже точно знала, что что-то не так. Но все обстоятельства настолько были смешаны, что я не понимала реальности. Дома я начала замечать чужие баночки с кремом на самых женских местах. Например, у зеркала. Я думала, что схожу с ума. Но не мог он так. Он же такой гордый. Мы так долго не переезжали в эту квартиру, подаренную моим папой, и жили в общежитии из-за того, что мой муж считал, что должен заработать сам.

Мы жили в ожидании смерти папы, поэтому сил на выяснение отношений точно не было. Но было безумно больно. Я все понимала, слушая задушевную песню, поставленную на звонок его сотрудницы, его странные звонки ей и их долгие разговоры, видела его заботу о ней и ее частые просьбы по телефону, которые нужно было исполнять. Потом наступила смена ее должности – она стала директором. Спросить было страшно.

Умирает папа. И первый раз тогда состоялся наш разговор, где муж указал на мои недостатки и сказал, почему я для него непривлекательная – это лишний вес, несоответствие некоторых частей тела его вкусу, нижнее белье неправильной формы, моя осанка, привычка хрюкнуть носом и многое другое. Невыносимо. Но важно было не заплакать, а по возможности выполнить все требования, чтобы наладить отношения.

В итоге правду я выяснила. Мама мужа была уже в курсе и тоже влияла на его решение не бросать меня. Почему-то это так унижительно.

Я много раз пробовала как-то выяснить отношения с его любовницей, но она говорила, что ей меня только жаль. Мой муж тоже сказал мне, что счастлив по-настоящему и первый раз так влюблен. Что ему нравятся ее детские черты и похожесть на ребенка, хотя она была младше меня всего на два года. Я вдруг стала чувствовать себя безвкусной, неуклюжей, непривлекательной.

В день рождения моей мамы я решила уехать в Москву и отпустить всех в этой истории. Сил бороться не было и я сдалась. Родителям я ничего не говорила. Сказала мужу, вечером начала собирать чемодан, и почему-то он попросил остаться. Для меня это была моя личная победа.

Я согласилась выполнить его условия. Например, то, что буду работать теперь у него, закрывая вакансию любовницы, так как она уволилась. Так я стала совмещать две работы: университет и рекламное агентство мужа. А еще я стала усердно худеть и стараться хоть как-то соответствовать его идеалу.

Я предложила двоим своим студентам работать со мной, мы вместе открывали новый офис, и они заняли должности дизайнера и менеджера. После учебы в университете мы шли и работали в офисе на благо моего мужа.

Жизнь вроде стала прежней. Мы даже отметили огромной вечеринкой наше пятилетие совместной жизни (вот уж точно «пир во время чумы») и поехали в путешествие в Узбекистан, через две недели после смерти папы.

А в августе 2006 года я узнаю, что беременна. Что могло случиться со мной лучшего?

Глава 6. Рождение детей и попытка простить измену

Моя беременность сгладила боль измены. У меня получилось на время ее заглушить. И в мае 2007 года рождается наша первая дочка.

У мужа разрастается его кризис, и он бросает свою фирму. Меня на тот момент он уже отстранил от работы, а студенты сами ушли – не хотели работать без меня.

Он начинает жить только на учредительские деньги и ищет дело своей мечты.

Мы с грудным ребенком переезжаем с мужем на дачу моих родителей и начинаем ее приводить в порядок. Лето прошло в работе и заботе о дочери. И у меня опять началась депрессия, а у мужа – безразличие или смирение с той реальностью, которую он, скорей всего, и не хотел. Но мы были очень трусливы, боялись признать многое и поменять многое.

Через некоторое время я узнаю, что снова беременна, и вот у нас появляется вторая дочка. Я тону в послеродовой депрессии, просто тихо схожу с ума, сидя перед компьютером и без остановки пересматривая старые фото. Я читаю гороскопы, складываю себя-Рыбу и мужа-Льва, слушаю взхлеб психологов, стараюсь ухватиться хоть за какие-то ниточки в поисках исключений из правил и ложных надежд.

Мне 28 лет. У меня есть все, что полагается в таком возрасте, чтобы не осудило общество: работа в университете, любимый муж, две замечательные дочери-погодки, квартира, машина и семейная рутина. А еще преданные мною мечты. Браку уже семь лет. А я все стараюсь завязать супружеский узел покрепче и стать идеальной супругой и мамой. И еще и любовницей. И вот так однажды я дошла до своей точки невозврата, точки кипения...

Моей младшей дочери четыре месяца, старшей – два года. Я все еще стараюсь простить супруга, но мозг сопротивляется, и порой накатывает такое звенящее чувство одиночества! Ищу, не переставая, рецепты, как все-таки заполучить сердце мужа навсегда и безвозвратно. И стать единственной и неповторимой феей домашнего очага и его сердца. Но как-то умиротворение не приходит, а маятник страха, тревоги, ненависти и отчаяния все больше раскачивает меня изнутри.

В кармане у меня уже лежит и мнется несколько месяцев листочек с «волшебным» телефоном психолога, который принимает только по рекомендации и делает то, что другим не под силу: дает рецепт истинного женского счастья, «ключи от счастья женского, от нашей вольной волюшки», как писал Некрасов в своем произведении «Кому на Руси жить хорошо».

И вот май. День такой жаркий-жаркий, что нет сил. На самом деле, их уже давно нет, и эта точка кипения, невозврата совсем рядом... Еду по проселочной дороге среди полей. Кондиционер на полную, но такое чувство, что я все равно грязная и липкая, а вокруг мухи...

Еду за рулем, а на заднем сиденье две моих дочурки. Поехала я в деревню к какой-то старенькой знахарке лечить старшую дочку от испуга. Это была уже попытка номер десять. Вряд ли я, вообще, отдавала себе отчет в том, что происходит. Просто плыла по течению.

Старшая дочь заикалась. Ну, и, как полагается, дело, конечно, не в неадекватной маме, а в злой собаке, которая непонятно когда и где испугала мою дочь. Почему-то на тот момент для меня это было самым логичным объяснением.

И вот я уже у дома деревенской целительницы, которая меня радушно встречает. И понеслось: вода, воск, бормотание молитвы, махание руками... Сеанс закончен! Неужели сработало? Дочь, в шоке от происходящего, и я – с надеждой в душе, которая умирает последней, мы выходим во двор. Тут появляется петух этой бабули и выбирает ни меня, ни малышку, и даже ни свою хозяйку, а именно только что «вылеченную» от испуга, старшую дочку! Нападает на нее, начинает клевать, добавляя к «собачьему» испугу еще фобию петухов!

Дочь плачет, я кудрахчу, как курица из того же курятника, младшая просто орет...

Тишина. Машина. Холодный пот. И мой вопрос самой себе: «Что я делаю? Так больше невозможно!» Медленно опускаю руку в карман, достаю листок с «волшебным» номером уникального психолога:

– Алло, здравствуйте! Как можно попасть к вам на консультацию?

Глава 7. Первая встреча с психологом

«Катя, скажу тебе по секрету: у меня есть крутой психолог. Но к ней не так легко попасть, так как принимает она только по рекомендации. Посоветовала мне его моя косметолог. Она однажды рассказала, как круто изменилась ее жизнь. Как появился иностранный любовник, и как она стала косметологом на миллион», – поделилась знакомая в ответ на мое признание-отчаяние по поводу всей моей жизни.

И я тогда записала телефон. Порыва позвонить тогда еще не было, однако, оказывается, успешная история косметолога уже прочно засела в мою голову. Продолжая ходить на психоанализ, знакомая радостно делилась со мной своими открытиями. Так мы сплетничали в то время, когда наши малыши занимались в детском клубе, и каждая такая наша встреча все больше подогревала мой интерес.

У подруги, по ее словам, была отличная семья, они больше проводили времени с мужем, чем порознь. Вели вместе бизнес и растили малышку. И у меня в голове крутилось: раз уж она пошла, то мне-то точно прописано врачом.

И вот однажды, в очередной накал моих страстей, я набрала номер психолога и получила разрешение на заветную первую консультацию. Я помню, с каким предвкушением ждала этой встречи. И вот я стою у двери нужной квартиры – той, где принимала моя психолог.

Мне открыла очень полная, обрюзгшая и уставшая женщина, которой было тяжело ходить и дышать. Не знаю, почему, но это вызвало у меня какое-то несоответствие моим ожиданиям.

Меня провели на диван и положили на него. Она осталась за моей спиной. Такое я видела только в американских фильмах. Класс.

Я начала рассказ. Конечно, я пришла с темой мужа, с изменой, которую не могла простить, и со своей пропастью и отчаянием.

Я начала повествовать о том, что мне хотелось бы больше внимания мужа, и я очень хотела наладить отношения. Я поделилась своей детской питерской историей про интеллигента. Не помню, что мне уже говорили. Помню ковер на полу, ее собаку возле нас и надежду на светлое будущее, ведь такой опыт у меня был первый раз. А еще я чувствовала доверие, так как на первой же консультации мне уже раскрыли тайны некоторых клиентов, что меня как-то сблизило с этим человеком.

И раз в неделю мне открывали дверь «в психоанализ», и я слышала заветные и такие уже знакомые слова:

– Ну, начинай, Катерина.

Глава 8. Опыт с другими психологами

Опыт работы с психологами к 28 годам моей жизни у меня был минимальный, и я даже скажу, немного странный.

Первое знакомство с психологией у меня состоялось в школе. У нас там был штатный психолог и даже проводились уроки психологии, где мы пытались говорить о том, как видим наше будущее, сближались с классом. Мне очень нравились первые предпосылки того, что можно заглянуть вглубь себя, говорить про себя, и это даже было кому-то интересно.

Не забуду мою картинку из будущего: задание психолога, не знаю, откуда у меня, вообще, взялось это, но я увидела себя возле кирпичного коттеджа, была зима, на мне нелепая шуба, но норковая и какая-то песцовая шапка, прямо как у мамы, которая в детстве на меня производила впечатление богатства и тепла. Вокруг дома из оранжевого кирпича зеленый забор – дикое цветовое сочетание – и я стою внутри двора, окруженная этим забором, а вокруг меня еще высокие сосны и снег. Я с двумя детками и, наверное, рядом должен был быть муж, но я не помню этого в моей картинке. Описываю сейчас – и такая тоска на сердце. Этот забор зеленого цвета вокруг, огромные сосны и почему-то на душе чувство тоски и одиночества... И еще безысходности, ведь калитки в заборе нет, и этот монументальный коттедж, как крепость, где можно спрятаться или, наоборот, моя тюрьма...

Вот она, тема для обсуждения с психологом: в этой картине моего «счастья» вся моя безысходность.

Может, поэтому ко мне подошла однажды школьный психолог и заговорила о моей дружбе с одноклассником. Он был старше нас, поскольку оставался на второй год, но так случилось, что с седьмого класса мы стали встречаться, и как-то эта дружба начала беспокоить учителей. Возможно, они видели, что я попала под его влияние, замечали его постоянный контроль и мое подавленное состояние. И однажды со мной решила поговорить наша психолог – это было в одиннадцатом классе.

Я почему-то настолько прониклась интересом к себе, что решила рассказать то, что произошло со мной в Санкт-Петербурге. Вероятно, мне просто нужно было услышать мнение специалиста: хоть время, как мне казалось, меня и вылечило, и я старалась про это не думать, но все-таки в подходящий момент это само всплыло на поверхность.

Мы тогда поговорили, и мне пообещали найти психолога. Так в одиннадцатом классе я попала на свой первый психоанализ. Родители так ничего и не узнали, так как это было в рамках волонтерского проекта.

Моим первым психологом был мужчина. Помимо консультаций, он еще и преподавал в университете. Мы сильно не касались моей темы, и, вообще, я сейчас детально не помню, как строились наши встречи. Единственное помню – мы дышали почти всю нашу консультацию: меня хотели привести в порядок через дыхание. Поэтому я старалась изо всех сил, и мои легкие старались, но нам это явно не нравилось, я хотела все это закончить, но совесть не позволяла, ведь психолог старается, еще и бесплатно. Надо дышать дальше, Катя! Но стечение обстоятельств как-то помогло свернуть эту дыхательную лавочку, вот именно тогда я и смогла вздохнуть с облегчением.

С психологами было покончено в моей жизни до тех пор, пока мне уже не изменил муж после поездки в Японию, и я начала во всем и в каждом искать помощи.

Так я и попала еще к одному странному Кинизиологу. Она сказала, что со мной все в порядке, и зря я переживаю так и убиваюсь, и, вообще, я сама виновата в этой семейной драме и нечего строить жертву, а помощь нужна скорее моему мужу, так как он в стрессе. И именно ему она будет помогать. Такая позиция меня просто убила, и, не получив ожидаемой поддержки,

я пошла сражаться за мужа в одиночестве. А он посетил еще пару консультаций у нее, после чего она мне сказала, что теперь все зависит только от него. Ждите.

После всего я решила, что тема с психологией – это не моя тема, и она для меня осталась только в книгах и статьях.

Глава 9. Новый психолог выделился на фоне других

Сам диван и психолог за спиной уже предавали грандиозность этому событию. Я уже не дышала, как раньше, все было по-взрослому. Решались мои «взрослые» темы. Так как я была наивна, мне казалось, что все, что происходит за дверями и между нами, – это настоящее волшебство. Я не знала, сколько клиентов на тот момент было у нее, но казалось, что очень много, плюс еще какие-то психологические клубы, куда мне было пока слишком рано, но они так манили. Позже я поняла, что на тот момент, когда я пришла к ней, клиентов-то толком и не было, она совсем недавно начала свои индивидуальные консультации, и клиентами были в основном ее мастера из сферы красоты. Она успела за процедурой поделиться с ними тем, что у нее есть все инструменты и знания, чтобы помочь этим людям. Ей на тот момент было примерно за сорок.

Самое интересное в том, что я никогда не спрашивала о ее образовании, из наших разговоров с ней я просто рисовала себе картину, и всегда мои выводы об этой женщине оказывались в ее пользу. Наше сближение пошло как-то очень быстро.

Все было подано красиво. Мне вообще свойственно было зависеть от значимых персон, и настроение просто автоматически поднималось, когда я попадала в их поле влияния. Психолог быстро заняла очень важную роль в моей жизни. Сам психоанализ придал моему бытию какой-то налет важности. Плюс, я получила бонусы перед мужем: ведь теперь мои интересы представлял и поддерживал психолог, и я как бы окрепла.

Мне стали внушать, что я «самостоятельная единица», что я чего-то стою. Хм, мне это нравится, подумала я. Она тихонько, исподволь начала играть главенствующую роль в моей жизни. Мне просто не хватало такого человека, а точек личной опоры у меня не было, поэтому с ней было как-то проще. Как и с мужем, который хоть и не любил меня, но был смыслом моего существования и тоже некоей моей опорой и смыслом.

Я начала вводить ее в мою жизнь. Уже сложно вспомнить всю хронологию, но в памяти возникают воспоминания. Я познакомила ее с моей мамой, и мы даже провели дома пару занятий по дыхательной гимнастике. Я познакомила ее с моим мужем, и он стал приглашать ее в свою фирму как коуча. Она даже попала на годик к моей младшей дочери. Я думаю, что у всего этого был изначальный смысл: чтобы сильнее затянуть меня в сети и манипулировать мной. Но мне казалось, что мною реально интересуются. Сейчас я предполагаю, что в тот момент у нее, и правда, была включенность в мою жизнь, так как она и не была сильно занята.

Было так интересно, присутствовали какие-то интриги. Например, она говорила, что знакомая, которая меня привела к ней, ревнует и не может перенести нашего сближения. Скорее всего, так и было, однажды я убедилась в этом наглядно.

Однажды мы возвращались все вместе с тренинга, который психолог проводила на работе у моего мужа. Он вез ее домой, и по волшебной случайности нас на машине обгоняет та самая клиентка и моя знакомая – и видит нашу дружную компанию. Она так изменилась в лице, что я даже за одну эту секунду смогла понять, что ее это выбило из колеи. Сегодня я думаю, что и с ней психолог проделывала то же самое, что и со мной, и показывала значимость своей фигуры в ее жизни. У нас у всех был этот синдром, когда мы хотели получить максимум внимания и одобрения, особенно от таких важных особ, и, конечно, для моей знакомой такая встреча вызвала шок. Она так растерялась, что прямо перед нами попала в аварию, задев зеркалом другую машину. Психолог тут же мне сказала, что ничего страшного не случилось, моя знакомая разберется сама, а сейчас мы возем ее дальше, не останавливаясь. И что для той клиентки это будет хорошим уроком по поводу ее мнимой значимости, которую потом стоит с ней разобрать на консультации.

С каждой консультацией я становилась все более привязанной к своему психологу, а ее авторитет в моих глазах постоянно рос.

Глава 10. Над чем начали работать, с чем я пришла и мой первый запрос

Мой первый запрос был достаточно банален: я хотела стать женщиной номер один для мужа. На самом деле, мне было невыносимо больно от его измены, и как бы я тогда ни хотела, я не могла это простить, а с появлением детей это все еще более оголилось. Но мне было проще сказать, что я хочу вернуть любовь мужа. Вот сейчас пишу и понимаю, что и тогда я все прекрасно знала, просто мне не хватало поддержки и того человека, кто бы раскидал всю мою кашу в голове по кастрюлям. Вроде так все просто, мой запрос достаточно узок, плюс я еще поделилась ситуацией об изнасиловании, но за все 12 лет мы с психологом ни разу вплотную не коснулись этой темы, будто она совсем была неважной.

И мой очень обычный запрос перерос в огромный план по переделыванию моей жизни и меня самой. Вот она, точка, когда все могло пойти совсем по другому сценарию! Но... пошло так, как пошло.

Я уже и не вспомню, о чем мы общались в первое время, но точно помню, что, когда она познакомилась с моим мужем – а я это устроила очень быстро, и он ей понравился – про мою несчастную участь забыли, и лечение пошло по пути: «Виновата всегда жертва». И вот однажды мы с мужем пришли вместе на семейную консультацию. Я так ждала, что хоть через уста психолога я смогу быть услышанной, а получилось, что все дело во мне, в моей глупости и пустом внутреннем мире. Они оба – психолог и муж – сразу объединились против меня и даже прямо там, на консультации, стали открыто смеяться над моей наивностью. И очень быстро все свелось к тому, что я достаточно нехороший человек и неинтересная женщина, и есть с чем работать. А как тут уже уйдешь? Никак. Так как мне уже внушили, что либо я меняюсь, либо теряю все и даже детей. Все стало достаточно серьезно. Плюс подключили эмоциональные качели от наказаний до одобрений.

Консультации были однотипными, просто менялись сценарии. То со мной объединялись, обсуждая кого-то, то сравнивали с другими, то фрустрировали, говоря:

– Ну? И как ты сейчас выглядишь в моих глазах?

Я даже не могу сейчас сказать, над чем мы конкретно работали, но над чем-то работали. Обсуждая каждый раз какие-то ситуации из жизни людей и ее клиентов или из моей жизни. Она так ловко это сделала, что это стало нормой, и я уже считала, что получу одобрение, если донесу на кого-либо из клиентов или встану на сторону психолога. А какое удовольствие я получала, когда она кого-то разоблачала! Например того косметолога, которого мне приводила в пример моя подруга, рассказывая про сказочного психолога. И вдруг я узнаю, что косметолог не так уж прекрасна как мастер, к тому же полная дура как женщина. Про иностранного любовника уже было и не слышно. Эту клиентку психолога я никогда не видела, но почему-то все о ней знала, впрочем, как и обо всех клиентах и даже об их семьях и любовниках. На самом деле это же очень странно и даже страшно. Но это было как бальзам для моей израненной души. Ведь я сразу как-то возвеличивалась в своих глазах: ведь со мной делаются таким сокровенным! И еще мне казалось, что значит я лучше, а, следовательно, любима психологом. Ну, а мысли о том, что это как-то странно и некорректно, я просто гнала прочь.

Постепенно вся искренность исчезла, появился страх быть отвергнутой и быть хуже других. Понятно, что у такого сумбура не было конца и края, так как всегда могло найтись, что обсудить и над чем работать. Но ее мастерство точно нарастало. Вся абсурдность уже всего в том, что я даже не могу написать своего запроса и тем наших консультаций.

Глава 11. Как психолог мне корону на голову надела

Самое интересное, что я была такая не одна – ну, с короной. Скорей всего, это была такая тактика манипулирования. Короновать, а потом свергнуть с престола. Так как моя психика и самооценка пребывали в состоянии «ни к черту», искусственно поднять мою значимость было легко, психолог прекрасно понимала, насколько я зависима от чужого мнения.

Стадия коронации клиента, я думаю, была очень важна, чтобы потом кидать его из плюса в минус. А также, чтобы работало сравнение с другими.

Во-первых, психолог быстро вошла в круг моей семьи, что мне очень льстило. Она уже была посвящена во все сферы моей жизни и видела их изнутри.

Пока не пришел муж на психоанализ, мне внушали, что я не достойна этого человека, что нужно сублимироваться.

Обсуждение со мной других клиентов тоже мне давало преимущество, так как в тот период я и подумать не могла, что и меня могут также свободно обсуждать с другими. Это было безболезненно до тех пор, пока я не начала приводить на психоанализ своих друзей и близких.

Когда я была коронована, конечно, мне хотелось служить моему психологу, моя самооценка искусственным образом взлетела вверх, и мне хотелось положить мир у ее ног. Она стала лидером мнений и главным человеком в моей жизни. Я просто и не думала, как может все обернуться, когда на эту территорию будут приходить близкие мне люди.

Я уже точно не помню, сколько длился период моей коронации. Но за тот период психолог стала всем в моей жизни. Мне уже и тогда было тяжело на душе, и интуиция подсказывала, что что-то не так, но по своим моральным принципам я уже не могла оставить этого человека и вообще запретила себе думать плохо о ней.

Какие-то моменты, и правда, сыграли мне на руку. Например, я стала не так смотреть на мужа, ну, и психологу было невыгодно, чтобы он оставался значимой фигурой для меня. Поэтому одеяло с мужа переташили на психолога. Я стала более смелой и даже дерзкой с ним. Начала смотреть на себя как на самостоятельную единицу, у которой есть еще какие-то достоинства. Это продлилось недолго, но в тот период, я думаю, зародились мои первые зерна бунтарства, пусть и такими методами.

Понятно, что не все было так плохо, я реально чувствовала прогресс своей личности, иначе бы я не видела смысла этой терапии и также свела бы все на нет, как однажды сделала с «дышащим» психологом-волонтером. Все было сделано грамотно с ее стороны. Да и вообще, у меня не было опыта такой работы, и все сравнения с другими специалистами, что у меня были прежде, меркли на этом фоне.

А может, в первые годы работы она и сама была еще не так уверена в себе и не так коварна. Все происходило настолько естественно, что я и не заметила, где грань изменений в ее поведении, или это изначально была игра и план по моему порабощению...

Глава 12. Мой муж теперь тоже в психоанализе

Не помню уже, на каком году моего психоанализа пришел мой муж, но случилось это очень быстро. Понимаю, что последовательность событий мне будет сложно описать, многое забылось, но я постараюсь рассказать в общем.

Мужчин на психоанализе практически не было. Был один профессор из университета, ее старый знакомый. Позже уже мы, клиентки, стали приводить своих мужей. Так и я. Моя реклама не прошла безуспешно.

Пока мой муж был вне поля психоанализа, все было хорошо, и представлялись мои интересы, но как только он стал клиентом, все изменилось. Ему сразу отвели одну из главных ролей.

Мой муж умел произвести впечатление своей харизмой и юмором. К тому же еще и стал одним из первых мужчин-клиентов. Его сразу пригласили в психологический клуб, он быстро заполнил собой пространство, сместив меня на задний план. И как-то все стало подаваться к ключу того, что я не дотягиваю до своего мужа и не заслуживаю его.

Меня долго не приглашали в клуб, и поэтому для меня он вообще был какой-то закрытой дверью со своими интригами и секретами. Они ходили по ресторанам, устраивали мероприятия, игры. Меня лишь позже пригласили в клуб для слабеньких клиентов, назывался он вроде «Помада», и пока я была достойна только его.

Однажды мне посчастливилось попасть с мужем на игру «Мафия». Когда появилась психолог, подошел муж, и они дружески поцеловались, я, честно скажу, обалдела. Так как мне поцеловаться никто не предложил, и, скорей всего, это было сделано как-то умышленно, так как позже, понятное дело, мы разбирали эту ситуацию и мою реакцию на нее.

Меня убивали слова психолога, когда она мне говорила, что такие женщины, как я, неинтересны мужчинам. Что в сравнении с ней я меркну. Я это принимала, как вызов, как необходимость трудиться над собой дальше, вот только конца у этого труда я не видела.

Вообще, то, что она делала, сводило с ума. Меня обвиняли в том, что я легко объединяюсь с мужем на негативе (например, против психолога) и не умею с ним взаимодействовать на позитиве. И едва я начинала пробовать объединяться только на позитивных вещах, например, копить с ним деньги, строить вместе бизнес, придумывать и воплощать новые идеи – меня моментально одергивали: оказывается, в этом надо быть только с ней, а не с мужем, поскольку именно она была автором всех позитивных моментов моей жизни.

Честно: я не знала, как быть. Я стараюсь понять, что правильно, а что нет, как надо делать, а как делать противопоказано. Но делала вид, что все понимала, спросить или уточнить противоречия было страшно, так как сказали бы, что я идиотка. Я постоянно хотела угодить психологу – это было главное и, к сожалению, это не всегда получалось.

Иногда меня и мужа приглашали на мероприятия вне психоанализа, и поэтому у меня сложилось мнение, будто мы дружим с ней. Но она все равно держала определенную дистанцию. Поэтому любой наш выход в свет, была ли это просто выставка или спектакль, заканчивались психологическим разбором.

И вот одним из таких мероприятий стало посещение закулисья драматического театра. Для нас устроили экскурсию, показали то, что было скрыто от зрителей. Я всегда меркла рядом с мужем, как-то бессознательно я ставила себя ниже его. В тот день я чувствовала себя нелепо и оделась нелепо, а может, все было и хорошо, просто я так жалко смотрелась, но и чувствовала я себя тоже жалко. Я молча плелась за ними, пока они шутили и смеялись, иногда тоже выдавливая из себя улыбку.

И вот настал момент, когда нас вывели на сцену. Зал был пуст – и вдруг включились софиты! Мой муж, не растерявшись, встал под их лучи и что-то громко и театрально прокри-

чал. Театр и сцена были его стихией, а благодарный зритель – наркотиком. Это действо разве- селило всех. Я стояла на краю сцены, прижав к груди голубую сумочку и наблюдая за всем.

На моей консультации мы в очередной раз разобрали нашу экскурсию и мою роль, мою одежду, мою нелепость. Мне было сказано, что я должна соответствовать мужу, а я не в силах даже подыграть. Но это мне вообще не свойственно. Сейчас я понимаю, что муж на моем фоне, конечно, расцветал.

Я возненавидела свои юбку, блузку и голубую сумку после этого. Сумка была дорогая, но я со всем этим распрощалась и выбросила, будто отвергая себя – ту, которой я была на самом деле и принимая через силу ту, кем и не очень хотела быть.

Муж, укрепившись за счет психолога, стал более жестким.

Не помню уже тот момент, когда в их отношениях начался разлад, скорей всего, это слу- чилось, когда мой супруг попал в клуб социальных технологий. Организатора клуба знала пси- холог, и у нее была личная неприязнь к ней, а может, ревность. Консультации их стали приоб- ретать более жесткий характер, мужу тоже стало трудно, мы немного начали меняться ролями: теперь я выходила на первый план и со мной уже стали объединяться.

Я не знаю, почему я многое сглатывала. Например, то, что муж решил с клиенткой из психоанализа сделать какой-то бизнес за спиной психолога, я никогда не знала эту девушку и не видела ее в лицо, но меня вдруг сделали сообщницей, и я согласилась с этим и даже не смогла ничего сказать в свое оправдание.

Психолог не выносила конкуренции, она должна была быть только одна, никаких парал- лельно совместных проектов с ее клиентами, никаких других специалистов рядом с нами не должно было быть.

Муж стал нервным, он ее, мягко говоря, стал ненавидеть и тихонько начал смещать фокус внимания уже на новое увлечение и новый круг общения.

Глава 13. Мой бизнес и психолог

Когда я пришла на психоанализ, я была в декретном отпуске, и через какое-то время мне нужно было возвращаться в мои университеты к студентам. Но в отпуске я была только условно – на самом деле, работала у мужа в рекламном агентстве менеджером. Встал вопрос: хочу ли я возвращаться в преподавание? Работать с мужем было сложно, так как с меня требовали больше, чем с других. У него просто была рабочая пословица: «Бей своих, чтобы чужие боялись». И он это отлично использовал на практике. Никаких поблажек как жене мне не было предоставлено, наоборот, психологическое воздействие было сильным. Но при этом я справлялась, и мне нравилась эта работа, нравился коллектив и взаимодействие с клиентами.

Однажды на просторах интернета я случайно увидела рисование на песке. Несколько раз посмотрела этот ролик и оказалась под сильным впечатлением от того, что, вообще, люди так могут.

А позже мой муж, вернувшись с мероприятия – открытия ресторана, стал рассказывать, что в программу было включено песочное шоу, и артист приехал из Новосибирска. Так как стоимость обучения, которую он предложил, была огромной, муж решил сам разобраться и сделать это шоу.

Мы не понимали всей специфики, поэтому действовали по наитию. Муж разбираться долго не стал и все бросил, так как все оказалось намного сложнее, чем мы предполагали. Но я все же хотела всем доказать, что я чего-то стою, и взялась раскручивать этот проект. До определенного момента я действовала самостоятельно и не посвящала психолога в новое дело. Не знаю, почему. Может, боялась ее осуждения, может было стыдно рассказать, что я взялась за какое-то новое дело, хотя такая слабенькая.

Через полгода появились новые клиенты, пришли заказы, и это обсудить было уже не стыдно. Я стала делиться и спрашивать советов. Во-первых, так делали многие, и мне хотелось быть среди лучших клиентов.

У нас начались консультации по моему бизнесу, я рассказывала о своих взлетах и падениях, о своих страхах, опасалась, что мне не хватит денег на оборудование. Она с важным видом давала советы, между делом прорабатывая мои фиговые стороны. Принцип консультаций был такой: сначала было важно показать, что я, как всегда, хочу всех обдурить, что я одна самая умная, всех считаю дебилами. Хочу, не вложившись, поиметь со всех денег. Понятно, что я никого и никогда не считала дебилами, но почему-то твердо верила в то, что это именно так и есть, когда она мне давала такую оценку. Принципом психолога было постоянное унижения клиента.

Поэтому бессознательно делиться мне совсем не хотелось, но иногда приходилось, и это доходило до идиотизма. Например, на моей консультации я репетировала роль ведущей, и, кстати, это была моя огромная ошибка, когда, чтобы ее не обидеть, я внедряла в работу ее рекомендации. Зачем? Ведь они были прямо противоположны моим, и практика уже показывала, что мой подход более креативный и живой, чем ее. Но я прислушивалась, делала, устраивала себе стресс до тошноты и потом... терпела фиаско. Но я никогда не могла сказать, что это случилось по ее рекомендации. Очень уж боялась вызвать недовольство, поэтому порой придумывала сама дебильные истории, обвиняя себя, как бы помогая ей найти повод меня поругать. Вот такой садомазохизм.

Глава 14. Как я забыла детей в аптеке

Сегодня мы смеемся над этой историей, но на самом деле она превосходно отражает мое внутреннее состояние в период психоанализа. Имеется в виду, что я испытывала опасение допустить собственные ошибки, чтобы избежать возможной конфронтации с психологом, боясь его негодования, и находилась в постоянном напряжении. Тем не менее, в этот момент я допускала еще более страшные ошибки.

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.