

Семейные тайны - 3. Тайна и утрата свободы

[Статьи / Семейная психология](#)

Тайна и утрата свободы

Почти во всех направлениях психотерапии свобода человека рассматривается как важнейшее условие существования. Для человека, скованного узами семейной тайны, свобода – это недостижимая роскошь. Тайна, как липкая паутина, пронизывает все его существование, упаковывает в обездвиживающий кокон, мешает мечтать и дышать. «Хранитель тайны» утрачивает различные аспекты свободы. Перечислим их.

- Он теряет свободу жить «здесь-и-сейчас». Тайна все время возвращает его в прошлое, и он оборачивается назад, не замечая важного в настоящем моменте, или думает о будущем и о последствиях.
- Он теряет свободу чувствовать то, что происходит, находясь под гнетом долженствований: «я не имею права это чувствовать», «я не должен это чувствовать», «я должен чувствовать то-то и то-то».
- Он теряет свободу действовать, рисковать, ожидая, что неумолимые последствия не заставят себя ждать, и живет механически, «на автомате».
- Он теряет свободу рассказать правду: ведь она слишком страшная, опасная, неприятная.
- Он теряет свободу быть собой, становясь лишь частью семейной системы, винтиком, деталью.
- Он теряет свободу быть собой, настоящей, целостной личностью: ему все время приходится расщепляться на того, кто хочет рассказать правду и того, кто боится.
- Он теряет свободу помнить и свободу забывать: тайна, обладающая всеми свойствами незавершенной ситуации или незакрытого гештальта (Б.В.Зейгарник), заставляет тратить много энергии на свое «обслуживание».

Отец, о котором нельзя знать

За консультацией обратилась Лидия, 1943 года рождения. Живет одна. Потеряв 15 лет назад мужа, она, несмотря на возраст, продолжает активно работать преподавателем. У нее есть ученая степень, она знает несколько языков, путешествует... Она читала несколько моих статей о семейных тайнах и очень заинтересовалась своей семейной историей. Запрос Лидии: «Помогите разобраться в моей жизни».

В ходе работы выяснилось, что всю жизнь Лидия чувствовала какой-то беспричинный страх, который она называет «страх жить». Вся ее жизнь была преодолением, потому что какой-то внутренний голос всегда говорил ей: «Ты не имеешь на это никакого права». Лидия успешна, хорошо выглядит, но всю жизнь, сколько она себя помнит, на нее иногда вдруг накатывают волны беспричинного страха. Лидия уже бывала у психологов, много понимает о себе и своей жизни, но ее интерес больше всего связан с ее происхождением.

Мы построили генограмму семьи Лидии. Ее собственная семейная жизнь, работа, отношения с мужем были прозрачными. Взрослая дочь, ее муж и внуки живут за рубежом. Но, пойдя выше по генеалогическому дереву, мы столкнулись с очень странным

ощущением Лидии, что с ее рождением связана какая-то тайна.

О своем происхождении она знает следующее. Ее мать вышла замуж перед самой войной, через 2 недели ее отца призвали на фронт. В конце 1942-начале 1943 года он на одну ночь встретился с матерью Лидии, Светланой, когда убежал из немецкого плена и шел к своим. Лидия родилась в ноябре 1943 года. Отец погиб в 1944-м, матери пришла похоронка. Почти все родные ее матери умерли с 1941 по 1944 год.

Я предложила Лидии прийти на группу и сделать расстановку. Участники группы услышали только ее запрос: хочу разобраться со своим страхом жизни. Я спросила годы рождения родителей и их имена: Василий 1916, Светлана 1919, и попросила Лидию выбрать и расставить заместителей для себя и родителей.

Лидия поставила всех заместителей – своего, отца и матери – в углах равностороннего треугольника так, что они могли видеть друг друга. Но как только я разрешила заместителям свободно двигаться, отец отвернулся от Лидии и жены. Я спросила, с какими чувствами он это делает. Он сказал, что чувствует усталость, спокойствие и безразличие к Лидии. Заместитель Лидии тоже не чувствовала связи с отцом – только с матерью, и все время тревожно переминалась с ноги на ногу. Я спросила у Лидии, которая наблюдала за процессом, знакомо ли ей то, что происходит.

Лидия сказала, что да. Она всю жизнь чувствует себя неустойчиво, поэтому очень много делала, чтобы эту устойчивость обрести. В детстве Лидия часто смотрела на несколько оставшихся после войны фотографий отца, но почему-то не ощущала с ним связи. Ей казалось, что матери не очень нравится то, что она рассматривает эти фото. Лидия не понимала, что происходит. Потом она много читала о том, что дети иногда придумывают себе, что их усыновили, что их настоящие родители – это другие люди. Но Лидии знакомо чувство, что ее отец – это не ее отец, что у нее будто бы нет и не было отца.

Я сказала, что у всех людей есть и отец, и мать. Пока мы говорили, заместитель отца вышел за дверь. Это показалось странным. Тогда я ввела в расстановку свободный элемент – мужчину – и попросила его, опираясь только на свои чувства и ощущения, найти свое место. Мужчина сразу пошел к матери Лидии, Светлане. Он долго смотрел на нее. На глазах у матери показались слезы, они сделали шаг навстречу друг другу и обнялись. Казалось, что они стоят так целую вечность. Потом они, держась за руки, повернулись к заместителю Лидии, и та стала смотреть на них. Потом заместитель Лидии сделал шаг, а затем еще один шаг им навстречу.

В этот момент смотревшая на них со стороны Лидия заплакала. Я спросила, что происходит. Лидия, вытирая слезы, сказала, что в детстве она с матерью несколько раз навещала тетку, сестру бабушки, с которой они вместе жили в Беларуси во время оккупации. Лидия рассказала, что тетка гладила ее по голове и повторяла: сиротка ты моя горемычная. И еще она уединялась с матерью для каких-то разговоров. Лидия однажды подслушала их разговор про какого-то Юрку-Юргена, и теперь, глядя на происходящее, она понимает, что мать всю жизнь хранила тайну о ее настоящем отце.

Я предложила Лидии стать на свое место в расстановке. Она несколько минут смотрела на родителей глазами, полными слез. А потом сделала последний разделявший их шаг, и они все обняли друг друга.

Это было очень трогательно – сухонькая старушка обнималась с молодыми мужчиной и женщиной, символизировавшими ее родителей. Они гладили ее по голове, что-то шептали ей...

Когда они разомкнули объятия, я попросила Лидию сказать им одну фразу: «Сегодня я впервые встретилась с тобой, папа». Лидия сказала эту фразу дрожащим голосом и вновь начала плакать.

Мы завершили расстановку, повернув Лидию лицом к ее жизни. Родители стояли за ее спиной, «прикрывая тыл», и она чувствовала себя умиротворенной и счастливой.

Когда Лидия пришла на следующую сессию, она рассказала, что всю жизнь чувствовала тень тайны, которую хранила ее мать. Вероятно, та действительно влюбилась в немецкого солдата или офицера. Родив ребенка, она жила в ужасе, что это рано или поздно вскроется, и гибель мужа, похоже, была связана одновременно с болью и облегчением – он был единственным, кто мог доказать, что это не его ребенок. Стыд, вина и страх – это были постоянные спутники жизни матери Лидии. Лидия вспоминала, как мать иногда подхватывалась среди ночи, обнимала дочь и говорила: «Если за нами придут, говори, что твой отец был красным командиром и погиб на войне»...

Расстановочная работа открыла новые пласты в воспоминаниях Лидии. Она вспомнила, что после смерти матери нашла у нее в бумагах странную фотографию – на ней были только лицо, часть волос и шея мужчины. Лидия предположила, что были отрезаны все возможные опознавательные элементы – форма, фуражка... Видимо, это и был ее настоящий отец.

Стал понятен еще один интересный факт. Мать Лидии, Светлана, всегда говорила, что дети должны знать языки. Она поддерживала занятия дочери, а потом и внучки Стеллы немецким и французским языками. Бабушка устроила внучку в языковую гимназию. Стелла, бегло говорящая на нескольких языках, окончила медицинский институт, в 90-х уехала в Германию, подтвердила там образование, вышла замуж за коренного немца и прекрасно себя чувствует. Видимо, бабушка неявно передала внучке послание о том, что ее родина не только в Беларуси. Иначе сложно объяснить, почему Стелла всегда говорила, в Германии она чувствует себя не как дома, а просто дома. Стелла работает врачом в клинике и счастлива в браке с мужем и двумя детьми.

В ходе нескольких встреч Лидия получила то, что хотела. Мы восстановили часть белых пятен, нашли объяснения странностям и непонятному поведению. Хотя мы не знаем и никогда не узнаем всю правду, удалось раздвинуть мрачную тень, связанную с происхождением Лидии, а также понять все страхи матери, передавшиеся дочери. Эти страхи нельзя назвать иррациональными: сейчас можно свободно говорить о происхождении, а тогда мать Лидии могла поплатиться жизнью за связь с немцем. Однако люди иногда любят друг друга, невзирая на национальность, происхождение и принадлежность к воюющим между собой сторонам. И хорошо, когда появляется возможность свободно обсуждать эту важную тему – тему своего происхождения.

Наталья Олифирович

Опубликовано на сайте: 24 июля 2015, 1499 просмотров