

Содержание

Предисловие

О наших непростых семьях и при чем тут Сталин, который давно умер	5
--	---

Глава 1. Поселок Свободы.....15

Город по Хичкоку

Как люди оказываются одновременно в двух реальностях.....	15
--	----

Заколдованный Дом

Что нам передается при рождении (помимо генов).....	35
---	----

Детство между двумя мирами

Правда между строк	54
--------------------------	----

Глава 2. Белая Ромашка.....75

По принципу пазла

Как люди дополняют друг друга.....	75
------------------------------------	----

Сплочение семьи посредством контроля

Контроль неправильных людей, неправильной памяти	92
--	----

Чем старше, тем больше непонятного

Такая любовь, такие отношения, такая жизнь... ..	111
--	-----

Глава 3. Квартал Е 131

На задворках сознания

Забывтая правда живет и направляет наши действия 131

Новый район и квартира, где жил Сталин

Память о травматичном прошлом народа
и семьи живет в наших городах и квартирах 149

Многоликий абьюз

Семья, закрытая как консервная банка 166

Глава 4. Я уезжаю 186

Люди-призраки, места-призраки, вещи-призраки

Кто и что напоминает нам о скрытом и забытом 186

Нежелательная правда в изгнании

Правда просится домой 201

Они пережили это

С призраками можно справиться, справилась и я 218

Заключение

Почему все повторяется и что вообще с этим делать 237

Интернет-ресурсы

в помощь изучающим историю семьи 245

Список литературы 247

Благодарности 251

Предисловие

О наших непростых семьях
и при чем тут Сталин, который давно умер

Так мы и пытаемся плыть вперед, борясь с течением, а оно все сносит и сносит наши суденышки обратно в прошлое.

Ф. С. ФИЦДЖЕРАЛЬД. Великий Гэтсби

И тогда ты понимаешь, что смертное причастие принято тобой сейчас не случайно. Через него, как через вновь обретенный дар зрения, ты видишь свое тело, свою память, свою судьбу как предуготовление: наследство крови, наследство воспоминаний, наследство чужих жизней — все жаждет слова, ищет речи, ищет до-исполниться, случиться до конца, быть узанным и оплаканным.

С. С. ЛЕБЕДЕВ. Предел забвения

Бывает, что пережитые предками тяжелые испытания сказываются на каждом последующем поколении семьи и существенно влияют на жизнь потомков. Такая причинно-следственная цепочка называется *межпоколенческой (трансгенерационной) передачей*. В книге, которую вы держите в руках, я расскажу о том, как происходит межпоколенческая передача травмы и как это может касаться каждого из нас.

Я психолог с 19-летним стажем, и в моей практике встречалось немало случаев, когда разные семьи, не осознавая этого, передавали следующему поколению опыт пережитых

проблем и несчастий. При этом может передаваться как ресурс совладания с трудностями, если членам семьи удалось их преодолеть, так и *психическая травма*, с которой в семье пока не удалось справиться до конца. *Психическая травма — это след в душе, оставленный событием, которое было для человека ужасным, непереносимым.* Человек продолжает существовать и как будто нормально функционировать, но пережитое событие оставляет его в стрессе, не дает почувствовать себя в безопасности, ухудшает качество жизни. Условия, при которых травма перестает передаваться по наследству, будут описаны далее. Эта книга основана на моей собственной истории: я расскажу о том, как я, потомок репрессированных, росла и развивалась в семье, на которую упала тень Сталина, и с чем мне пришлось столкнуться в родном доме. Приведу и много других примеров передачи проблем от одного поколения к другому внутри семьи — многие из них не имеют отношения к сталинским репрессиям. В семьях потомков жертв репрессий действуют аналогичные механизмы межпоколенческой передачи, поэтому советую прочитать книгу всем интересующимся данной тематикой в том или ином аспекте. Я считаю, что вопрос о наследии репрессий для нас чрезвычайно важен, так как сталинская эпоха оставила огромное количество травмированных семей.

С детства я мечтала написать книгу и жила, фантазируя, что должна угадать, о чем она будет — та самая, моя! У человека, выросшего в семье с межпоколенческой передачей травмы, могут возникать фантазии о своей миссии. Французский психоаналитик Серж Лебовиси сказал бы, что такому человеку родная семья «вручила мандат» (Лебовиси, 2007).

Может, в моем случае это был мандат на то, чтобы рассказать правду о травмированной семье и о своей борьбе с трудным наследством? Идея книги формировалась нелегко и не один год. Несколько лет назад я узнала, что многие мои родственники и предки были репрессированы при Сталине. Стала искать информацию о репрессированных в моей семье, и события прошлого обрушились на меня, как лавина. Уже хотелось написать об этом, но я еще не знала, как сделать так, чтобы книга была полезна многим (а не только дала мне возможность излить душу).

Когда замысел был еще смутным, я поделилась им с давней институтской подругой. Услышав о «квартире, в которой живет дух Сталина», она спросила: «Твоими читателями будут подростки?» Сначала я удивилась: почему подростки? Потом вспомнила, что именно будучи подростком, в 13–14 лет, я все время сочиняла истории о привидениях. Писала рассказы в тетрадках, иллюстрировала и давала почитать тем, кому доверяла. Детство в родном доме было непростым периодом моей жизни, и интуитивным решением для меня стало удалиться в фантазии. Такое бегство иногда является формой психологической защиты ребенка, если реальная жизнь оказывается некомфортной или даже угрожающей. Вспоминаются герои известной серии книг К. Льюиса «Хроники Нарнии»: о детях войны, вывезенных из города, который постоянно бомбят. Эвакуированные, разлученные с родителями, они были, наверное, в ужасе, в смятении, боялись за родных, оставшихся дома. А мы, читатели, и не помним, что речь идет о Второй мировой войне, и вместо этого видим прекрасную сказку. В доме родственников дети находят портал — путь в волшебную страну. Нужно просто войти в платяной шкаф.

Иногда фантазии становятся способом психологического выживания — тогда они скрывают реальность, от которой человек бежит. «Хроники Нарнии» — сказки о борьбе добра и зла. Есть ли в них отголоски войны? Наверняка, хотя на первый взгляд речь идет совершенно о другом. В детстве мне тоже было трудно, и я придумывала рассказы о привидениях. Как отразилась реальность в этих историях? Сейчас я уже могу предположить. Я росла в доме, где жила, оставаясь скрытой, память о сталинских репрессиях. Если бы туда вошли призраки моих предков, если бы я могла увидеть их лица, спросить, как их зовут, что с ними случилось, почему мне о них не рассказывают... Но дух Сталина, посредством заданных им установок и сформированных привычек, не пускал в дом эти призраки. Люди и их судьбы оказывались стертыми из памяти. Это был дом не с привидениями, а как раз *без* привидений: их как ни зови — не дозовешься. Они вроде бы всегда рядом, толпятся за окном, за дверью — но не могут войти.

Зачем же их звать? Может, лучше не ворошить прошлое? Но я чувствовала: я нашла наконец то, что нужно. Меня постоянно преследовала мысль, что я должна «избавиться от чар», поскольку с детства чувствовала себя как будто заколдованной. Я росла робкой. Вроде не хуже других, но как будто в оковах. С возрастом застенчивые люди становятся смелее; стала смелее и я. Но представление, что я какая-то «не такая», никуда не делось. Я не могла понять, что же не так с моей родительской семьей. Все вокруг считали ее хорошей и благополучной. Но мне было ужасно неловко, если кто-то из друзей или одноклассников приходил к нам, я стеснялась своей квартиры, не любила говорить

о родителях и, даже будучи уже взрослой, долго еще боялась мамы.

Что сделало меня такой? Что с нами было не так? Я искала разгадку, а ключи к ней оказались там, где я совсем не ожидала их найти. На самом деле я задумывалась о своей семье задолго до того, как узнала ее трудную историю. Как-то раз в гостях у институтской подружки зашел разговор о детстве, и я сказала, что была очень плохим ребенком. Мама подружки удивленно спросила: «В чем же ты была плохая?» И тогда я первый раз в жизни усомнилась в этом. Раньше мне всегда казалось само собой разумеющимся, что я — несчастье для своей образцовой семьи.

Вскоре после этого случая нашелся *первый ключ* к разгадке тайны. Мне на глаза попала статья в журнале, точнее, отрывок из книги Робин Норвуд, где перечислялись признаки женщин, которым не везет в любви. Первый признак — эта женщина выросла в неблагополучной семье, где ее эмоциональные потребности не удовлетворялись (Норвуд, 1994, 2019). Я считала родительскую семью благополучной и не стала бы это читать... Но мне было 28, и уже можно было с уверенностью сказать, что в личной жизни мне не везет. Тогда я вдруг подумала: может, это и вправду обо мне? Нашла эту книгу, стала читать... Через два года я обратилась к психологу; позже начала учиться на психолога сама.

С тех пор прошло много времени, но всего шесть лет назад я получила *второй ключ* к разгадке тайны. В тот год накануне 9 Мая мне вдруг захотелось поискать деда по материнской линии в интернете, в базе данных участников войны. Мне всегда говорили, что он пропал без вести. Я внесла в поисковую строку фамилию, имя и отчество,

и дед сразу обнаружился... в базе данных жертв политических репрессий. Он не пропадал без вести; его арестовали на фронте по «сталинской 58-й» («антисоветская агитация»). Я привыкла считать свою маму человеком с невыносимым характером и, с тех пор как выросла и покинула родной дом, по возможности избегала общения с ней. Но когда я узнала, что она — дочь «врага народа», мне стало очень жаль ее. Тогда я задумалась о том, что истории семей моих родителей имеют отношение к тому, какую семью построили они сами и как в ней теперь живет. Конечно, все это было взаимосвязано. Как психолог, я знала, что это *должно* быть связано.

Тогда я начала живо интересоваться историей предков, почувствовав, что здесь и кроется разгадка. Стала строить первые предположения о том, какие признаки пережитого родственниками и предками я видела ребенком в родной семье. Таких признаков оказалось очень много! Чем лучше знаешь историю семьи, тем отчетливее видишь, что именно в ее жизни повторяется. Словом, именно тогда я и заинтересовалась межпоколенческой передачей травмы. И однажды мне попался не то чтобы еще один ключ, но очень хорошая поддержка в пути, на который я уже ступила. Мне снова вовремя подвернулась нужная книга: Бетани Уэбстер, «Обретение внутренней матери» (Уэбстер, 2021). Благодаря ей мои мысли стали приходить в порядок, и это дало возможность сделать еще один решительный шаг. Я прочитала, что отношение матери к дочери зависит от состояния ее собственного «внутреннего ребенка». На ее поведение с дочерью влияет пережитое ею самой в детстве в собственной травмированной семье. Я уже предполагала, что мамин детский опыт повлиял

на то, какой матерью она стала. Как оказалось, Бетани Уэбстер написала именно о том, что я давно иллюстрировала примерами в своей книге, но пока еще не обозначила ясно. Травмированная мама иногда бывала ребячливой, как будто пыталась, хотя и с запозданием, получить нормальное детство, которого недополучила. Временами она испытывала панику, но чаще вела себя как абьюзер. Уэбстер отмечает: у травмированной матери дочь начинает чувствовать то, что чувствовала в детстве она сама. При этом происходит обмен ролями: я представляла для мамы ее саму в детстве, а мама выступала в роли собственной матери и вела себя агрессивно. Также иногда мать видела во мне агрессора и жаловалась, что я на нее «нападаю» (то есть она снова становилась ребенком, а я представлялась ей матерью-абьюзером). Уэбстер написала именно об отношениях матери и дочери, и я была поражена тем, как она понимает мою историю. Я почувствовала огромное облегчение; раньше мне казалось, что такая сумасшедшая ситуация была только в моей семье, что больше этого не испытал и не знает никто. Полученное подтверждение, что в жизни такое случается, причем очень часто, заставило меня перестать сомневаться и описать свой опыт.

Это, наверное, один из самых драматичных видов межпоколенческой передачи травмы в семьях. Мать относится к дочери так, как когда-то относились к ней. Дочь, испытав то, что когда-то испытывала мать, в свое время будет воспитывать собственного ребенка и с большой вероятностью тем же способом передаст травму ему. Книга Бетани Уэбстер не об отцах и сыновьях, но мужчины, конечно, тоже могут получать в наследство межпоколенческую травму

и передавать ее дальше. Это трудная тема. Да, иногда травмированный человек может стать абьюзером. Травмированным людям в жизни труднее, чем тем, к кому судьба была более благосклонна. Часто они — очень непростые люди, и их семьи — непростые семьи.

Травма передается следующему поколению множеством способов: в действии, в словах (вербально), без слов (невербально); в эмоциональных реакциях на конкретные темы, затронутые в разговоре; в постоянном избегании каких-либо тем; в повторении из поколения в поколение одного и того же типа семейной проблемы. Иногда даже в возникновении одной и той же болезни. Что общего во всех этих видах передачи? Во-первых, все это — попытки справиться с чем-то невыносимым. Во-вторых, при таких попытках обычно избегают разговоров непосредственно о травме, потому что они мучительны. В-третьих, проблема, о которой не говорят, никуда не исчезает и передается неосознанно. *В результате дети травмированных родителей живут в двух мирах: это одновременно собственная жизнь современного ребенка и история его родителей* (Болебер, 2010). Так в жизни детей повторяются семейные ситуации, о которых они даже не знают. Люди часто думают, что если о тяжелых событиях в семье не говорить, то они не будут влиять на детей и внуков; между тем происходит ровно наоборот. Сохранение информации в тайне создает стресс как постоянный фон, на котором разворачивается жизнь семьи.

Конечно, проблемы, подобные рассматриваемым в этой книге, бывают не только в семьях потомков репрессированных. Но исторический период, массово травмирующий население страны, значительно увеличивает количество

несчастливых семей, создаваемых несчастными людьми. Наследие ранних лет СССР и сталинских репрессий до сих пор очень плодородная почва для произрастания множества личных и семейных проблем. Поскольку говорить о причинах этих проблем по-прежнему не любят, и на уровне общества, и в семьях создается впечатление, что они взялись «ниоткуда». Но говорить важно, и лучше знать, чем не знать.

Все мы заслуживаем счастья. Чтобы история семьи не тянула нас на дно, а становилась источником благополучия, полезно понять, что именно передано нам семьей и предками. Я надеюсь открыть читателям путь к лучшему пониманию себя: откуда и почему мы такие, какие есть, — одновременно слабые (потому что раненые) и сильные (потому что закаленные). Тогда мы сможем лучше узнать свои сильные стороны и эффективнее их использовать, а также принять и понять себя со своими слабостями и научимся лучше их контролировать. Следовательно, научимся быть в мире с самими собой. Я покажу, как сама постепенно пришла к этому, изучив историю родной семьи и поставившись понять свой детский опыт. В книге использованы и чужие примеры; но имена в них вымышленные, все совпадения имен случайны.

Итак, начнем. Я назвала главы по районам родного города Пятигорска, в которых жила в детстве и юности, чтобы обозначить периоды жизни в родной семье, когда постепенно передо мной разворачивалась «картина» пережитого этой семьей. «Картина» пока в кавычках, потому что в детстве я остро чувствовала жившие в семье страх и стресс, но не знала, где их источник. Именно так чувствуют себя люди в семьях, где есть серьезные тайны.

Первый район — поселок Свободы. Конечно, Сталин уже тогда «поселился» с нами и твердо намеревался никогда не расставаться. Мы были квартирантами в очень тесной саманной времянке (маленькой пристройке к хозяйскому дому). А Сталину было не привыкать. Он с советскими людьми и не в таких местах жил.

Прежде чем продолжить, хочу обратить ваше внимание на задания в конце глав. Они маленькие и не обременительные. С каждым выполненным заданием понимание роли межпоколенческой передачи в вашей жизни будет улучшаться, и у вас, возможно, появятся идеи о том, как двигаться по этому пути дальше.

Вот первое задание.

**Задание для тех, кто хочет лучше понять
полученный от предков опыт и правильно
им распорядиться**

Вы взяли в руки книгу о межпоколенческой передаче травмы и стали ее читать. Ответьте на вопрос: почему? Есть ли какие-то конкретные причины или обстоятельства, подтолкнувшие вас к этому? Если есть, назовите их.

.....

.....

.....

.....

.....

Глава 1

Поселок Свободы

Город по Хичкоку

Как люди оказываются одновременно
в двух реальностях

И в семьях, и в обществах, переживших большие психологические потрясения, последствия этих событий ощущаются даже через несколько поколений. Люди постоянно испытывают так называемый *стресс хранителей тайны*. Для травмированного человека возможность поделиться переживаниями и найти понимание зачастую очень важна и даже необходима. В этом случае появляется больше всего шансов «уложить в душе» то, что произошло, и жить дальше, не возвращаясь вновь и вновь к пережитому в семье несчастью. Тогда пережитое может сделать нас сильнее и помочь лучше справиться с различными ситуациями непростой жизни. Есть люди, которым повезло: еще в детстве они

получили такую возможность благодаря родителям, потому что те всегда были открыты для переживаний ребенка, слушали его, откликались, старались понять. Этот процесс передачи и принятия переживаний называется *контейнированием* (Психоаналитические термины и понятия, 2000). Термин введен британским психоаналитиком Уилфредом Бионом. Контейнирование можно представить следующим образом. У мамы внутри есть нечто вроде специального вместилища — «контейнер» переживаний ее ребенка; поэтому она может принять детский страх, почувствовать его, обсудить с ребенком, а тот, в свою очередь, «забирает» свой страх обратно — признает, что это его чувство, поскольку теперь с ним можно справляться. Ведь мама справляется! Если ребенка контейнировали, он вырастает человеком, который уже сам умеет контейнировать — и свои чувства, и чувства близких людей. При этом «контейнер» имеет некие границы, «стенки»: чувство можно принять, признать, не боясь, что оно заполнит тебя всего, затопит полностью. У такого человека больше шансов справиться с трудными переживаниями самостоятельно, если не найдется сочувствия и поддержки. К сожалению, многих (если не большинство) родителей не контейнировали в детстве; в результате они не умеют делать это и для своих детей. Всем знакомы такие родительские реакции: «Не плачь», «Опять ноешь!», «Не так уж и больно». Эти родители не понимают и не ощущают, что у них есть свой надежный «контейнер», в который можно принять чувство и в пределах которого оно может безопасно оставаться, поэтому отвергают чувство, боясь, что оно заполнит их доверху и тогда с ним уже не справиться.

Представьте, что семья не оправилась до конца от тяжелого потрясения. Возможно, из-за пережитого у родителей был в душе такой сумбур, что они не могли контейнировать ни себя, ни детей. Дети выросли и сами стали родителями, которые, в свою очередь, не справляются с задачей контейнирования. Всем членам семьи слишком больно или страшно говорить о пережитом. Они не видят рядом родного человека, которому можно рассказать о своей беде без опаски, — того, кто и сам выдержит, не разрушившись от таких разговоров, и рассказчика поддержит. И люди молчат. То, о чем молчат, живет в семье и передается от родителей к детям и внукам (Болебер, 2010). Первое поколение знает, о чем молчит, и понимает причины этого молчания (слишком больно, страшно или стыдно). Второму поколению, может быть, уже ничего не говорят. Оно чувствует родительский стресс и молчит, не находя слов, чтобы выразить свои чувства. Таким образом появляются люди, передающие информацию, не осознавая, что именно передается. *Передающие*, поскольку не могут совсем не выражать переживаемый стресс и дискомфорт; так же, как родители, они делают это ненамеренным словом, действием, яркой эмоциональной реакцией. А третье поколение уже и догадаться не может о том, что тут скрываются какие-то тайны (Шутценбергер, 2005). При этом оно продолжает неосознанно передавать дальше семейный стресс и бессознательные «намеки» на скрываемую семьей информацию.

В случае крупных социальных катастроф, когда люди страдают массово, все семьи оказываются в той или иной степени пострадавшими. Как отдельная семья, так и все общество может находиться в стрессе. При этом зачастую молчать

людей заставляет не только тяжесть пережитого бедствия (что само собой разумеется), но и ситуация, когда у тех, кто «не болтает лишнего», больше шансов уцелеть. В результате взрослые оказываются в неконтейнирующем окружении и, опасаясь за детей и за себя, пресекают любые опасные разговоры о трагических событиях, то есть создают неконтейнирующую среду в своем доме.

Скрываемая информация всегда в высшей степени эмоционально заряжена. Событие замалчивается, если семье недостаточно внутренних психологических ресурсов или безопасного пространства, чтобы его проговаривать, проживать и делать частью своего опыта (Олифирович, 2016). Всем известно выражение «скелет в шкафу»: это скрываемая человеком информация, способная разоблачить своего обладателя и, возможно, напугать других людей. «Скелет в шкафу» всегда незримо присутствует, определяя темы разговоров, направляя поведение людей. Вместе с теми, кто сознательно хранит тайну, их близкие начинают участвовать в переживании «горячей» темы. Не осознавая, какую именно тайну хранят, они тем не менее вносят свой вклад в ее сохранение и способствуют тому, чтобы она не разглашалась (не спрашивают о том, о чем спрашивать не надо), и при этом передают ее другими способами. В результате *в семье с замалчиваемой травмой люди находятся одновременно в двух реальностях: одна — явная, зримая, другая — незримо присутствующая и при этом очень заряженная эмоционально.*

Рассказывая слушателям психологических курсов о том, как действует на группу людей «скелет в шкафу», я всегда предлагаю им посмотреть фильм Альфреда Хичкока «Веревка» (1948; по одноименной пьесе П. Гамильтона). Сюжет

таков: два друга-студента задушили однокурсника в квартире, которую они снимают, прячут тело, а потом осуществляют дерзкий план: устраивают прощальную вечеринку перед отъездом на каникулы там же, в квартире, где спрятан труп. Они фактически моделируют ситуацию «скелета в шкафу». Здесь можно видеть, как хранители тайны «сообщают» о ней в первый раз: они привели людей вплотную к месту, где находится убитый, и организуют «прощание».

Перед приемом гостей один из убийц повторяет: «Но он все еще здесь»; «Он не заперт»; «Я хотел бы, чтобы мы убрали его отсюда». Далее становится очевидно, что говорящий прав: присутствие покойника оказывается ощутимым для всех — и для тех, кто знает о случившемся, и для тех, кто не знает.

Проявление темы убийства («скелета в шкафу») в диалогах:

Убийцы: «Просто веревка. Обычная в хозяйстве вещь. Зачем ее убирать?» (об орудии убийства). «Филип задушил двух кур» (упоминается способ убийства), — друзья опасаются, как бы их тайна не раскрылась, при этом ведут себя вызывающе, подводя присутствующих вплотную к разгадке. Гости, сами того не подозревая, тоже говорят о произошедшем, ведь не зря «скелет в шкафу» направляет разговор, в котором возникают разоблачающие убийц темы, потому что они ни на минуту не забывают о содеянном («он все еще здесь»).

Гости: «Эти пальцы принесут вам большую славу» (убийце-душителю, играющему на пианино). «Я приглашен на торжественное открытие» (убитый спрятан в сундуке). «Я готова задушить тебя, Брендон» (девушка убитого — убийце-душителю). Таким образом, молчащие о происшествии убийцы вступают в бессознательную коммуникацию

с гостями, которые, еще не понимая, откуда в разговоре такие темы, почувствовали, о чем им просигналили, и сами развивают эти темы.

Присутствующим становится все тревожнее, они все больше раздражаются; время от времени кто-то отмечает, что вечеринка странная. Снова и снова звучит вопрос, почему Дэвид (убитый) опаздывает. В головах гостей, еще неосознанно, начинается «складываться пазл»: отсутствие одного из гостей + разговоры об убийстве и способе убийства.

Проявление темы убийства в действиях:

Убийцы: Устроив «прощальную вечеринку» перед каникулами, спонтанно создают обстановку расставания с умершим. Устраивают встречу гостей вокруг сундука («гроба», где находится покойник), на который приносят угощение и свечи. Оставляют на виду веревку, которая привлекает внимание и становится темой разговора. Направляемые «скелетом в шкафу», убийцы, сами того не осознавая, своими действиями показывают, какие события скрывают.

Гости: С вечеринки — вишенка на торте — девушка убитого уходит со своим бывшим парнем. Не осознавая этого вполне, оба почувствовали, что она теперь свободна. Таким образом, мы видим, что «скелет в шкафу» направляет и их действия: слова и поступки организаторов праздника «сложили пазл». Эти двое спонтанно выразили новую информацию в действиях раньше, чем сами для себя отчетливо ее сформулировали.

В конце концов один из гостей, догадавшись о случившемся, возвращается с полпути, чтобы проверить свою догадку.

Из опыта психолога я знаю, что «скелет в шкафу» таким же образом действует на членов семьи, в которой кто-то знает тайну и молчит о ней. Хозяева, знающие тайну, «случайно» себя выдают — то словом, вдруг попадающим «в точку», то как будто ненамеренными, спонтанными действиями. Гости, которым неизвестно, в чем заключается тайна, бессознательно улавливают в общении ее фрагменты, и в головах у них исподволь, незаметно для них самих, «складывается пазл». Он может влиять на мысли человека, на его невольные слова или действия.

Вот пара примеров из жизни современных семей.

Мать все время повторяет сыну-подростку: «Смотри, ни за что не пробуй наркотики». Сын отвечает раздраженно: «Мам, ну что ты опять. Я не собираюсь их пробовать!» На бессознательном уровне в голове сына «складывается пазл»: тема, находящаяся под молчаливым запретом (отсутствие отца уже в течение двух лет) + тема, звучащая навязчиво (опасность наркотиков). Таким образом, о том, что, скорее всего, случилось с отцом, сын давно знает — и вместе с тем не знает. Этот пример я привожу как распространенный случай «постыдной тайны». В семьях, где были репрессированные, «постыдная тайна» тоже не редкость. Далее мы на конкретных примерах рассмотрим, как семейные тайны могут воздействовать на детей.

В семье растет дочь-подросток. Она — приемный ребенок, но, как часто бывает, это тщательно скрывается. (В нашем обществе детям про такое обычно не рассказывают, и тайна усыновления охраняется законом.) Вдруг однажды в пылу ссоры с родителями дочь в сердцах заявляет: «Лучше бы я жила в детдоме!» Родители в шоке.

Подростки, которые живут и воспитываются в родной семье, часто фантазируют, что они не родные дети своих родителей. Нечто вроде: «Откуда у таких обыкновенных родителей я, такая необыкновенная?» (Подросткам на самом деле крайне важно осознать свою индивидуальность и уникальность, и, как известно, они максималисты.) Дочери никто не раскрывал тайну ее появления в семье, но если родители почувствовали, что она о чем-то догадалась, то уловили это очень правильно. Точнее, дочь даже не догадалась, а тоже почувствовала. И наверняка уже не раз. Вот кто-то из знакомых/соседей рассматривает родителей, девочку и спрашивает: «На кого же она у вас похожа?» Дочь в этот момент бессознательно улавливает замешательство родителей, которые неловко шутят и меняют тему разговора. Также она могла замечать, не задумываясь об этом всерьез, что в семье нет ее фотографий до определенного возраста.

Большинство людей знает, хотя бы немного, о том, как они появились на свет. Были ли вы планируемым, ожидаемым ребенком — или случайным? Родились днем или ночью? Родители хотели мальчика или девочку? Кто забирал вас с мамой из роддома? Если же вам совсем ничего не известно об обстоятельствах своего появления на свет, всегда можно спросить и получить спокойный ответ, без каких-либо замешательств. Родители же приемного ребенка, скорее всего, испугаются и растеряются. Ребенок, возможно, даже не осознаёт этого, но почувствует связанное с темой напряжение. Ситуации подобного рода также будут рассматриваться в этой книге. Дети репрессированных часто не знали о судьбе своих настоящих родителей, а их внуки сплошь и рядом не знают, кем были их дедушки и бабушки.

Стресс, испытываемый всеми членами семьи, где есть семейная тайна, — не единственная возможная трудность. Есть и другие. Упомяну еще об одной, весьма значительной: у ребенка, растущего в такой семье, возникают проблемы с восприятием реальности, с ориентированием в жизни и повседневных контактах. Вспомним мальчика, не знающего о том, что его отец употреблял наркотики. Конечно, сын видел много вещей, не обозначаемых словами. Представим, что однажды он оказался в компании парней старше него, у которых какой-то странный, но привычный для него взгляд, расширенные зрачки или невнятная речь. Компания почему-то становится очень привлекательной для подростка, он чувствует в ней что-то родное... Мальчик может не понимать, что старшие парни напоминают ему потерянного отца, которого он любил. Если бы наркомания отца не была для сына тайной и он понимал бы, что видит признаки той же болезни, риск оказаться втянутым в компанию наркоманов для него был бы ниже.

Мать в этой ситуации можно понять: скрывая правду, она хочет сделать «как лучше». Но есть и другая причина: она боится, что тайна окажется невыносимой для сына, и не знает, как ее сообщить. Ей и самой невозможно говорить об этом. И сын, скорее всего, не осознавая, хорошо это чувствует — и тоже молчит. На самом деле желательно, хотя это и очень трудно для мамы, объяснить, что, к сожалению, папа был серьезно болен (ведь наркомания — болезнь) и что это действительно очень печально. Так мальчик получил бы разрешение горевать о потерянном отце, понимая, что это нормально, и принимая свои чувства. На таком фоне предупреждение об опасности наркотиков и вообще обсуждение

темы наркотиков не вызывали бы у ребенка такого отторжения. Он был бы лучше понят и принят мамой со своими чувствами и вместе с тем лучше защищен в случае встречи с «плохой компанией».

Как уже упоминалось, члены семьи, от которых скрывают тайну, участвуют в ее сокрытии по бессознательному молчаливому «сговору». Часто такими хранителями тайны являются дети. Прежде всего, ребенок не спрашивает о том, о чем спрашивать не надо. Всем психологам, работающим с детьми и их родителями, знакомы такие ситуации. Знает ли ребенок, кто его отец? Мать задумывается, а потом говорит: «Да он никогда не спрашивает. Наверное, ему не интересно». Между тем ребенок давно приучился не интересоваться, потому что замечал тревогу (или даже боль) матери, когда эта тема затрагивалась. Чувства матери могли заставлять ее реагировать агрессивно, замыкаться в себе или переводить разговор на другую тему. Так она бережет от обсуждения трудной темы не только своего ребенка, но и себя. Ситуации бывают разные. Отец в реабилитационном центре? — Для сына важно понимать, что он болен и находится на лечении. Умер? — Ребенку нужно это знать. Дело не только в том, что он имеет право переживать о потере отца, но и в том, что для его общего психологического благополучия (сейчас и в будущем) важно признать утрату и погоревать о ней. Это значит проделать и завершить работу горя, «поставить точку» и жить дальше, сохранив память о папе, сделав выводы из того, что произошло. Отец пропал без вести? — Ребенок должен знать об этом. Ситуация, когда нет определенности, когда домашние не понимают, можно ли ждать возвращения человека или нужно оплакивать потерю, очень трудна. Но важно,

чтобы ребенок в своем трудном положении не был один, чтобы он знал: об этой ситуации потери и неопределенности можно говорить с мамой. Однако мама и сын по молчаливому сговору тему не затрагивают...

В семьях потомков репрессированных подобные молчаливые сговоры вокруг невыносимой тайны — не редкость, даже скорее правило, чем исключение, и сговор возникает в целом по одному и тому же образцу. Среди выросших в таких семьях мало тех, кто имеет о произошедшем достаточно ясное представление. Кто-то получил информацию в общих чертах, урывками (на дальнейшее развитие темы — молчаливый запрет), кто-то совсем не знает о том, что в роду были репрессированные. А кто-то лишь смутно представляет, что такое репрессии. «В моем роду репрессированных не было, только раскулаченные», — расхожая фраза. Многие как будто вообще ничего не знают о своих предках. В прошлом семьи, о предках которой не известно ничего, наверняка есть скрываемые болезненные темы.

Тема репрессий по-прежнему остается закрытой в обществе. Например, Великая Отечественная война — легитимная тема. Как правило, в семье знают, что дед или прадед участвовал в ней, но сами ветераны, прошедшие через ад войны, говорить об этом не любят. А о репрессированных дедах и прадедах потомки чаще всего молчат. Да и сами деды-прадеды, пережившие репрессии, обычно молчали. По известному молчаливому сговору эта тема по-прежнему избегается. Люди и не задумываются — почему. (Впрочем, с войной тоже не все так просто, здесь тоже есть свои умолчания, свои избегаемые темы. Например, о родственниках, попавших в плен, люди часто ничего не знают.) В общественном транспорте

мы с детства видим таблички: «Право на бесплатный проезд имеют...» Ветераны Великой Отечественной войны, узники гитлеровских концлагерей, дети блокадного Ленинграда... — это абсолютно справедливо. Но где же узники сталинских лагерей? Воспитанники детдомов для детей «врагов народа»? Они ведь тоже жили и живут среди нас. Они ездят с нами в транспорте, молчащие, неузнанные. Их не приглашают на встречи со школьниками...

И хотя в повседневной жизни люди иногда начинают разговоры о репрессиях, как-то быстро появляются желающие эту тему закрыть. Хранители тревожащей тайны обычно оказываются тут как тут. Вот кто-то начинает говорить про деда, «врага народа», чьи фотографии были уничтожены. И тут же слышит в ответ: «А откуда ты знаешь, что это репрессированный? Может, бабушка с ним просто поссорилась?» Общество было для этих людей неконтейнирующей семьей и останется для их потомков такой же семьей, не допускающей разговоров о нелегитимном горе и гневе.

О нашем советском детстве можно сказать, что все мы находились в двойной реальности Хичкока. Хорошее — на виду, пугающие следы преступлений спрятаны. Как в фильме, где сундук одновременно и стол, накрытый для приема гостей, и чей-то гроб. Подсвечники — и украшение вечеринок, и свечи скорби. Жили себе мирные советские города и скрывали тайны. Помню, как нас принимали в пионеры у памятника Ленину, потом повели в кондитерскую, а после кондитерской — в кино... Совсем недавно я узнала, где в моем родном городе был НКВД: тот самый длинный дом во весь квартал на пути к курортному парку «Цветник»! Мы ели пирожные в здании, где допрашивали

наших предков!.. (Наверняка не только моих — в классе-то было больше 30 человек!) И вправду — по Хичкоку...

Сейчас я живу в Ставрополе, и здесь некоторые вполне симпатичные места, например элитный жилой комплекс или популярная среди жителей аптека, — казалось бы, живи и радуйся, — тоже скрывают следы ранних советских лагерей или как-то иначе хранят память о событиях, о которых нам никогда никто не рассказывал (Бахмацкая, 2020; Пешков, 2018). В Пятигорске мы в свое время часто гуляли на горе Машук, покрытой сказочным лесом. Там каждую весну цветут фиалки и примулы, которые мы называли «баранчиками», а летом воздух наполнен ароматом чабреца... — все это память о приятных детских прогулках. Цветы распускаются под горой, где во времена красного террора расстреливали осужденных. И расстрелы цинично назывались «отправить на Машук фиалки нюхать» (Мельгунов, 2017). — Сталин, это было еще не при твоей власти (с Ленина спросить тоже не помешает). Позже под горой Машук исполняли казни сотрудники НКВД. Моя тетя рассказывала, что одного нашего родственника «расстреляли под Машуком». — А вот это было уже при твоей власти, Сталин.

Некоторые известные с детства расхожие шутки родом оттуда, из лагерей. «Шаг вправо, шаг влево — расстрел!» — привычно говорим мы с иронией, если видим слишком жесткие, авторитарные порядки. Где так говорилось? Правильно — в лагерях, под конвоем. И действительно стреляли. Представим, что заключенный отошел вправо или влево. Знают ли его потомки, как он умер? Скорее всего, не знают. Смогут ли узнать, если постараются?..

Картинки доброго Советского Союза... Старые фильмы, старые песни (те самые, «о главном»). Помните песенку сталинских времен «В городском саду играет духовой оркестр. На скамейке, где сидишь ты, нет свободных мест...»? Однажды моя бабушка Нина, будучи еще юной девушкой, гуляла с подругой в городском парке. Шел 1936 год. Бабушкин отец, инженер-«вредитель», отбывал срок в Дмитлаге. Но при любой власти жизнь продолжается. Бабушка с подругой сидели на скамейке и играли, дурачились, подбрасывая в воздух коробок спичек: кто быстрее схватит. В это время по аллее шли два парня. Один из них ловко поймал коробок в воздухе и сказал девушкам: «Отдадим, когда скажете, как вас зовут». Это был мой дед; вскоре они с бабушкой поженились. Бабушкиного отца освободили тяжелобольным, когда он больше не мог работать. Дома уже была пятимесячная внучка — моя тетя. И он без конца носил ее на руках. Сейчас тетя удивляется: «Давали ведь ребенка больному туберкулезом, не боялись». Как знать: может, боялись, но не дать не могли... Вскоре отец бабушки умер. Больше никто не заболел, к счастью. Только много лет спустя у тети на легком обнаружили рубец, а отцу в старости поставили диагноз «посттуберкулезный бронхит». Говорят, с этой инфекцией достаточно здоровый организм, даже маленького ребенка, часто справляется сам. Но болезнь приходила в семью и оставила в ней след, — как память о человеке, прошедшем ГУЛАГ, в телах внучки, которой было пять месяцев, и внука, тогда еще не родившегося. И они выросли, хорошие советские дети, отличники учебы, и, сами того не зная, через всю жизнь пронесли в себе след болезни, убившей деда. Это всего лишь один пример того, как память о событиях живет в семье без слов; не спрашивая

разрешения, она селится в доме, ожидает своего часа, чтобы открыться людям. Может, однажды кто-то поймет, что это было следом трагических происшествий...

Истории жизни людей тех лет, несомненно, имеют эти две стороны. Как в истории моих бабушки и дедушки: с одной стороны — городской парк, в котором молодежь гуляет, флиртует и две девушки знакомятся с парнями. С другой стороны — ГУЛАГ, человеческая трагедия. Кстати, откуда был парень Петя, поймавший спичечный коробок? Из украинской семьи, бежавшей в начале 1930-х из родного села. А когда был Голодомор? Верно, тогда и был. Еще один эпизод из советской истории, который мы не изучали в школе.

Мы учились, читая о великих стройках социализма. А за грандиозностью этих строек стоял ГУЛАГ. *У истории Советского Союза тоже две стороны.* Но люди, как всегда, предпочитают видеть только светлую. Между прочим, традиция замечательно добрых и сентиментальных советских мультфильмов зародилась именно при Сталине. Помните старый мультфильм «Серая шейка» (1948)? Жаль детям уточку, просто до слез... По учебникам истории и по книжкам мирная советская жизнь представлялась нам именно такой: добрая страна, хорошее детство. И в то самое время чей-то отец или брат был арестован, чей-то — расстрелян. Существование «врагов народа» было реальностью в жизни детей сталинского времени. Несчастья уточки, наверное, давали возможность поплакать тем, кто не мог оплакивать отцов и братьев. Да и сами дети могли оказаться врагами народа. У мамы раньше была фотография времен ее детства: соседи, многодетная семья Агаповых, несколько белокурых детишек. Агапова-отца еще подростком осудили и сослали далеко

в республику Коми после того, как он с кем-то в классе подрался и уронил статуэтку Ленина, а у нее, кажется, откололась рука. И подросток Агапов легко отделался: оказался где-то в далеком поселке, без семьи, выжил, вырос, женился и растил собственных детей.

Как ставший отцом мальчик Агапов реагировал, если его собственные сыновья начинали драться? Предположим, что это происшествие не оставляло его равнодушным. Он мог при этом ничего не говорить, но, возможно, его лицо искажалось страхом или болью. Мог вести себя агрессивно — ругать или наказывать детей. Или ходил по дому чернее тучи, и было видно: он не в духе. Таким образом, все домашние улавливали, что у отца с дракой связана какая-то болезненная история. А может быть, он понимал причины происходящего, сожалел об этом и объяснял свое поведение тем, что его самого в этом возрасте за драку с одноклассником судил самый настоящий суд. Это, кстати, было бы благоприятным вариантом: старший Агапов мог получить от родных сочувствие и понимание, а дети знали бы, что не виноваты в испортившемся настроении отца. Или, может, он ничего не рассказывал, но неосознанно повторял пережитое, вновь и вновь устраивая «суд» над зачинщиком драки, как когда-то судили его. А может, рассказывал, но не видел связи между собственной детской травмой и теми «судами», которые сам теперь устраивал в доме... Как видите, вариантов много, и, в сущности, только один благоприятный.

Все это — мои предположения. Как сложилась семейная жизнь сосланного на север паренька Агапова и его детей, я не знаю, но его судьба оставила след в моем детстве на юге России, вновь и вновь напоминала о себе фотографиями