



ИРВИН ЯЛОМ

МАМОЧКА
И СМЫСЛ ЖИЗНИ

УДК 159.9
ББК 88.3
Я51

Irvin D. Yalom
MOMMA AND THE MEANING OF LIFE

Copyright © by Irvin D. Yalom, 1992, 1996, 1999

First published by Basic Book Inc.

Translation rights arranged by Sandra Dijkstra Literary agency

Ялом, Ирвин.

Я51 Мамочка и смысл жизни / Ирвин Ялом ; [пер. с англ. Е. А. Климовой]. — Москва : Эксмо, 2025. — 272 с. — (Ирвин Ялом. Легендарные книги).

ISBN 978-5-04-095021-8

Каждое произведение Ирвина Ялома — это бестселлер. Талант рассказчика ярко виден даже в тех его книгах, которые посвящены специальной тематике. В этой же книге его писательский дар проявляется просто блистательно! Можно без конца слышать, что слово лечит, история учит, но оставаться при этом совершенным скептиком. Но стоит открыть книгу Ялома и прочесть несколько первых строк, и эти истины перестают быть банальными. Автор — замечательный рассказчик, он не только умеет рассказывать, он любит это делать. Беря в руки эту книгу, ты остаешься один на один с автором и становишься не читателем, а скорее слушателем. Ну и, разумеется, учеником, потому что этот рассказчик учит. И когда он говорит: «Слушайте своих пациентов. Позвольте им учить вас», на какой-то миг вы меняетесь местами: ты становишься врачом, а Ялом — твоим пациентом, который учит своего терапевта. Ты только позволишь ему это делать.

УДК 159.9
ББК 88.3

© Климова Е.А., перевод на русский язык, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

ISBN 978-5-04-095021-8

ОГЛАВЛЕНИЕ

Благодарности	6
МАМОЧКА И СМЫСЛ ЖИЗНИ	7
СТРАНСТВИЯ С ПОЛОЙ	20
ЮЖНЫЙ КОМФОРТ	60
СЕМЬ УРОКОВ ПОВЫШЕННОЙ СЛОЖНОСТИ ПО ТЕРАПИИ ГОРЯ	93
УРОК 1. ПЕРВЫЙ СОН	95
УРОК 2. СТЕНА ТРУПОВ	101
УРОК 3. ГНЕВ ГОРЕВАНИЯ	109
УРОК 4. ЧЕРНАЯ ЛИПКАЯ ГРЯЗЬ	120
УРОК 5. ЗДРАВЫЙ СМЫСЛ ПРОТИВ ИЗМЕНЫ	127
УРОК 6. НЕ ПОСЫЛАЙ УЗНАТЬ, ПО КОМУ ЗВОНИТ КОЛОКОЛ	140
УРОК 7. ОТПУСКАЯ	152
ДВОЙНАЯ ЭКСПОЗИЦИЯ	168
ПРОКЛЯТИЕ ВЕНГЕРСКОГО КОТА	218
От автора	268

*Саулу Спиро, психотерапевту, поэту, художнику,
с благодарностью за наши сорок лет дружбы —
за сорок лет совместной жизни, книг,
творческой инициативы,
стойкого скептицизма ко всему*

Благодарности

Выражаю благодарность всем тем, кто прочитал, сделал замечания и полезные добавления к окончательному тексту этой рукописи: Саре Липпинкотт, Давиду Шпигелю, Давиду Ванну, Джо Анн Миллер, Мюррею Билмесу, Анн Эрвин, Бену Ялomu, Бобу Бергеру, Ричарду Фумозе и моей сестре Джин Роуз. Я, как всегда, в неоплатном приятном долгу у моей жены, Мэрилин Ялом, в гораздо бóльшей степени, чем я могу выразить. И также в неоплатном долгу перед моим редактором, Фебой Хосс, которая в этой книге, как и во многих других, принуждала меня творить на пределе моих возможностей.

МАМОЧКА И СМЫСЛ ЖИЗНИ

Сумрак. Похоже, я умираю. Зловещие силуэты обступили мою кровать: кардиомониторы, кислородные баллоны, капельницы, спирали пластиковых трубок — кишки смерти. Я закрываю глаза и скольжу вниз, в темноту.

Но тут выпрыгиваю из кровати, вылетаю из палаты прямо в ярко залитый солнцем парк аттракционов Глен Эко. Много десятилетий назад я проводил здесь почти все летние воскресенья. Слышится карусельная музыка. Я вдыхаю влажный карамельный запах липкого попкорна и яблок. И иду, никуда не сворачивая — не задерживаюсь ни у тележки с мороженым десертом «Белый медведь», ни у двойных американских горок, ни у колеса обозрения, — чтобы встать в очередь за билетами в «Пещеру ужасов». И вот билет куплен, я жду, пока следующий вагончик обогнет угол и с лязгом остановится около меня. Я залезаю в него и опускаю скобу безопасности, чтобы приковать себя к сиденью. Оглядываюсь в последний раз — и там, посреди кучки зевак, вижу ее.

Я машу руками и зову, громко, чтобы все услышали:

— Мама! Мама!

Тут вагончик трогается с места и бьется о створки дверей, которые распахиваются, открывая зияющую чернотой утробу. Я откидываюсь назад, насколько могу, и, пока меня не поглотила тьма, снова кричу:

— Мама! Я молодец, мама? Скажи, я молодец?..

Поднимаю голову с подушки, пытаюсь стряхнуть сон. Слова застряли у меня в горле: «Я молодец, мама? Скажи, я молодец?»

Но мама уже давно в могиле. Вот уже десять лет, как ее, холодную как лед, зарыли в простом сосновом гробу на кладбище «Анакостия» под Вашингтоном. Что от нее осталось? Думаю, одни кости. Конечно, бактерии отполировали их до блеска. Может быть, осталась пара жидких седых прядей, а может, еще видны блестящие полоски хряща на концах больших костей, берцовых и бедренных. И конечно, кольцо! Где-то в костяном прахе должно быть тонкое серебряное филигранное обручальное кольцо, которое папа купил на Эстер-стрит после того, как они приехали в Нью-Йорк третьим классом из еврейского местечка где-то в России, на другом конце света.

Да, мамы давно уж нет. Десять лет. Отдала концы и истлела. Ничего не осталось — только волосы, хрящи, кости, серебряное обручальное кольцо. И ее образ, наблюдающий за мной в моих воспоминаниях и снах.

Зачем же я машу ей во сне? Ведь махать ей я перестал много лет назад. Как давно? Может, десятки лет. Кажется, это было больше полувека назад, когда она повела меня, восьмилетнего, в «Лесной» — кинотеатр по соседству, за углом от папиного магазина. Хотя в зале было достаточно свободных мест, она плюхнулась рядом с одним из местных хулиганов, мальчишкой на год старше меня.

— Эй, леди, тут занято, — прорычал он.

— Ну да, конечно! Занято тут, — презрительно отозвалась мать, устраиваясь поудобнее. — *Он* занял место. Подумаешь, какой важный!

Она произнесла это громко, во всеулышание.

Мне захотелось вжаться в кресло и исчезнуть в его свежесколько-красном бархате. Чуть позже, когда уже погасили свет, я набрался духу и медленно повернул голову. Вон он, пересел на несколько рядов назад, к своему дружку. Я так и знал — они смотрели на меня и тыкали пальцами в мою сторону. Один показал мне кулак и беззвучно произнес: «Погоди у меня!»

Так мама закрыла мне доступ в «Лесной». Теперь это была вражеская территория. Вход был воспрещен — по крайней мере среди бела дня. Если я хотел быть в курсе воскресных сериалов — «Бак Роджерс», «Бэтмен», «Зеленый шершень», «Фантом», — мне приходилось прокрадываться в зал уже после

начала сеанса, занимать место в темноте, в самом последнем ряду, как можно ближе к выходу, и убежать, не дожидаясь конца фильма, пока не включили свет.

В нашем квартале не было задачи важнее, чем избежать чудовищной катастрофы — *быть избитым*. «Стукнули» — да за просто: заехали кулаком в челюсть, и все. «Треснули», «вломчили», «напинали», «порезали» — один черт. Но если *быть избитым* — *oh my god*. Когда это закончится? Что от тебя останется? Ты — навсегда вне игры с клеймом «избитый».

Но махать маме? С какой стати я машу ей теперь, когда много лет мы жили в состоянии ничем не нарушаемой неприязни? Тщеславная, подозрительная, властная, злопамятная, она лезла во все дырки, считала свое мнение единственно правильным и была чудовищно невежественна (но не глупа! — даже я это понимал). У меня с ней не связано никакого, ни одного-единственного теплого воспоминания. Никогда не было такого, чтобы я гордился ею, никогда у меня не мелькала мысль: «Как хорошо, что у меня такая мама!» У нее был ядовитый язык и всегда наготове язвительное слово в чей угодно адрес — кроме папы и сестры.

Я любил тетю Ханю, сестру отца, такую милую, с неистощимым запасом душевного тепла, ее сосиски гриль, завернутые в ломтики колбасы, ее несравненный штрудель (рецепт навсегда утерян, поскольку сын Хани отказался им поделиться, — впрочем, это уже другая история). Больше всего я любил Ханю по воскресеньям. В этот день ее магазинчик-закусочная, расположенный возле вашингтонской военноморской верфи, не работал. Ханя ставила автомат для игры в пинбол на бесплатный режим и разрешала мне играть часами. Она не возражала, когда я подсовывал сложенные бумажки под передние ножки стола, чтобы шары катились медленнее и я набирал больше очков. Мое благоговение перед Ханей приводило маму в бешенство, она постоянно раздражалась злобными тирадами в адрес своей золовки. У мамы сложился традиционный перечень Ханиных прегрешений: бедность, нежелание работать в лавке, отсутствие деловой сметки, муж-лодырь, отсутствие гордости и готовность принимать в дар поношенные вещи.

По-английски мама говорила ужасно, с чудовищным акцентом и густой примесью идиша. Она никогда не приходила ко мне в школу — ни на день открытых дверей, ни на родительские собрания. И слава богу! Меня корежило от одной мысли, что мне пришлось бы представлять ей своих друзей. Я ссорился с мамой, демонстративно не слушался ее, кричал на нее, избегал ее и, наконец, уже подростком, вообще перестал с ней разговаривать.

Величайшая загадка моего детства — как папа ее терпел? Помню моменты счастья — воскресное утро, мы с ним играем в шахматы, папа весело подпевает пластинке с русскими или еврейскими песнями, качая головой в такт музыке. Но всегда наступает момент, когда утренний воздух разлетается на куски от маминого пронзительного крика со второго этажа: «Гевалт, гевалт, хватит! Вейзмир, хватит этой музыки, хватит шума!» Отец без единого слова встает, выключает фонограф, и мы продолжаем нашу игру в тишине. Сколько раз я молился про себя: «Ну, папочка, ну, пожалуйста, заткни ее, хоть один раз!»

Так почему я машу ей? И что это мне вдруг под конец жизни вздумалось спрашивать: «Я молодец, мама?» Неужели — и эта мысль бьет меня как обухом по голове! — я всю жизнь жил напоказ, ради одного зрителя — этой презренной женщины? Всю жизнь я пытался сбежать, удрать от прошлого — от местечковости, от третьего класса, от гетто, талесов¹, пения молитв, черных костюмов, бакалейной лавки. Всю жизнь я тянулся к освобождению и росту. Возможно ли, что мне не удалось убежать ни от прошлого, ни от матери?

Как я завидовал своим друзьям, у которых были матери — милые, умеющие держаться в обществе, всегда готовые помочь. И как я удивлялся, почему эти друзья не привязаны к своим матерям — не звонят, не навещают, не видят их во сне, даже не часто думают о них. А вот мне приходится силой выкидывать маму из головы много раз на дню, и даже

¹ Талес (или талит) — иудейское молитвенное покрывало (обычно белое с черными или синими полосами по краям; мужчины покрывают им голову и плечи во время молитвы). — *Прим. ред.*

сейчас, когда ее уже десять лет нет на свете, я машинально тянусь к телефону — позвонить ей.

Ну хорошо, умом я все это понимаю. Я даже лекции читал на эту тему. Я объясняю своим пациентам, что детям, которых в детстве обижали, часто трудно отделиться от своих дисфункциональных семей, в то время как дети хороших, любящих родителей вырастают и уходят гораздо легче. В конце концов, главная задача хорошего родителя — помочь ребенку уйти из дома, ведь верно?

Я все понимаю, но не могу смириться. Я не хочу, чтобы мама навещала меня каждый день. Для меня невыносимо, что она так вплевалась во все волокна моего мозга, что мне уже никогда не удастся выполоть ее окончательно. А самое невыносимое — что под конец жизни я вынужден спрашивать: «Я молодец, мама?»

Помню ее большое мягкое кресло в доме престарелых в Вашингтоне. Оно частично загораживало дверь в ее квартиру, а по бокам его, как стражи, стояли два стола, на которых лежали стопками книги — все, которые я когда-либо написал, а некоторые и не по одному экземпляру. Больше десятка книг, да еще десятка два переводов на другие языки — стопки опасно кренились. Я часто воображал себе: один подземный толчок средней силы — и маму накроет обвалом книг, написанных ее единственным сыном.

Когда бы я ни пришел, я заставлял ее в этом кресле, с двумя-тремя моими книгами на коленях. Она их пробовала на вес, нюхала, гладила — но не читала. Сейчас она была почти слепая. Но и раньше, когда зрение еще не изменило ей, она бы в них ничего не поняла: ее единственным образованием были курсы натурализации, которые она должна была пройти, чтобы стать гражданкой США.

Я — писатель. А мама не может читать. И все равно, чтобы найти смысл трудов всей своей жизни, я иду к маме. Как она должна мерить мои труды? По весу, по тяжести моих книг? По картинкам, по тефлоновой гладкости суперобложек, словно жирной на ощупь? Все мои неустанные исследования, вдохновение, скрупулезный поиск нужной мысли, ускользающий поворот красивой фразы — ничто из этого ей не знакомо.

В чем смысл жизни? Смысл *моей* жизни? В тех самых книгах, стопки которых крелятся у мамы на столе, содержатся многозначительные ответы на эти вопросы. «Нам по природе свойственно искать смысл, — писал я, — и нам приходится считаться с тем неудобным фактом, что нас забросили во вселенную, которая изначально бессмысленна». И поэтому, объяснял я дальше, чтобы избежать отрицания всего и вся, мы вынуждены брать на себя сразу две задачи. Сначала придумать или найти дело, в котором для нас будет заключаться смысл жизни, — достаточно жизнеспособное, чтобы нам его хватило на всю жизнь. А потом мы должны умудриться заставить себя забыть о том, что мы его придумали, и внушить себе, что это дело — совсем и не наше изобретение, что оно существует независимо от нас, где-то там, а мы просто его обнаружили.

Я притворяюсь, когда говорю, что принимаю выбор каждого человека и не сужу его. Втайне я делю все жизненные пути на медные, серебряные и золотые. Некоторыми людьми всю жизнь движет стремление отомстить кому-то, восторжествовать; другие, спеленутые отчаянием, мечтают лишь о покое, одиночестве, о том, чтобы не было больно; третьи посвящают жизнь поискам успеха, процветания, власти, истины; четвертые хотят переступить через себя и раствориться в чем-нибудь или ком-нибудь: любимом человеке или божественной сущности. Есть и пятые, которые находят смысл своей жизни в служении, в самоактуализации, в творчестве.

«Чтобы не погибнуть от истины, — сказал Ницше, — у нас есть искусство». Поэтому золотым путем я считаю творчество, поэтому я превратил всю свою жизнь, весь опыт, все фантазии в преющую компостную кучу, на которой время от времени пытаюсь вырастить что-нибудь новое и прекрасное.

Но мой сон говорит о другом. Он утверждает, что на самом деле я всю жизнь преследовал совершенно другую цель — заслужить одобрение покойной мамы.

Этот сон как приговор: он слишком силен, чтобы его игнорировать, и слишком болезнен, чтобы о нем забыть. Но я знаю, что сны не такие уж неумолимые, они поддаются объяснению и изменению. Я вожусь со снами почти всю жизнь.

Я умею их приручать, разбирать на части и собирать заново. Я знаю, как выжать из них секреты...

И вот я опять роняю голову на подушку и уплываю, перематывая сон обратно к вагончику «Пещеры ужасов».

Вагончик резко останавливается, меня прижимает к железной скобе. Еще миг, и он начинает двигаться назад, медленно проезжает меж хлопающих створок дверей и снова окунается в солнечный свет парка Глен Эко.

— Мама, мама! — кричу я, размахивая руками. — Я молодец?

Она меня слышит. Я вижу, как она проталкивается через толпу, распахивая людей направо и налево.

— Извин, что за вопрос, — говорит она, отцепляя скобу и вытаскивая меня из вагончика.

Я смотрю на нее. На вид ей лет пятьдесят или шестьдесят, она, крепкая, коренастая, без видимого усилия несет большую, битком набитую хозяйственную сумку с вышивкой и деревянными ручками. Мама неказиста, но не знает этого и выступает, задрвав подбородок, словно красавица. Вижу знакомые складки плоти на руке чуть выше локтя и чулки, скомканые и подвязанные чуть выше колен. Она вlepяет мне крепкий мокрый поцелуй. Я симулирую взаимность.

— Ты молодец! Большого и желать нельзя. Столько книг. Я тобой горжусь. Если б только твой папа это видел.

— Мама, откуда ты знаешь, что я молодец? Откуда тебе знать? Ты же не можешь прочесть то, что я написал... ты плохо видишь...

— Уж что я знаю, то знаю. Ты только погляди на эти книги.

Она открывает свою хозяйственную сумку, достает две мои книги и нежно гладит их.

— Большие книги. Красивые.

Я смотрю, как она гладит их, и мне становится не по себе.

— Важно, что внутри. Может, там одна чепуха.

— Извин, не говори *narishkeit* — глупостей. Прекрасные книги!

— Мама, что ты их все время таскаешь с собой, даже в Глен Эко? Как будто святилище какое-то устроила. Ты же не думаешь, что...

— Про тебя все знают. Весь мир. Моя парикмахерша говорит, ее дочка проходит твои книги в школе.

— Парикмахерша? Ну конечно, она — главная специалистка!

— Все говорят. Я всем говорю. Почему бы нет?

— Мама, тебе что, делать больше нечего? Почему бы тебе не сходить в воскресенье к друзьям? К Хане, Герти, Любе, Дороти, Сэму, к твоему брату Саймону? Что ты вообще делаешь в Глен Эко?

— Тебе что, стыдно, что я тут? Ты всегда меня стеснялся. А где мне еще быть?

— Мама, я вот что хочу сказать... мы оба взрослые люди. Мне уже за шестьдесят. Может, нам уже хватит видеть одни сны на двоих.

— Ты всегда меня стыдил.

— Я этого не говорил. Ты меня не слушаешь.

— Всегда думал, что я глупая. Всегда думал, что я ничего не понимаю.

— Я этого не говорил. Я говорил, что ты знаешь не все. Просто ты никогда... никогда...

— Что я никогда? Ну, говори. Раз уж начал. Я знаю, что ты собираешься сказать.

— А что я собираюсь сказать?

— Нет, Извин, ты уж сам скажи. Если я скажу, ты все переиначишь.

— Ты никогда меня не слушаешь. Ты вечно говоришь о вещах, о которых ничего не знаешь.

— Я тебя не слушаю? Я тебя не слушаю?! Скажи, Извин, а ты-то меня слушаешь? Ты-то про меня что-нибудь знаешь?

— Ты права, мама. Мы оба не умеем друг друга слушать.

— Нет уж, Извин. Я-то умею слушать, еще как умею. Я каждую ночь слушала тишину — как приходила домой из лавки, а ты из своего кабинета даже на второй этаж подняться не мог. Ни здравствать сказать. Ни спросить, может, я устала за день. Как я могла тебя слушать, если ты со мной не разговаривал?

— Мне что-то не давало. Между нами как будто стенка была.

— Стенка? Хорошенькие вещи ты говоришь матери. Стенка. Я ее строила?

— Я этого не говорил. Только сказал, что стенка была. Я знаю, что отдалился от тебя. Почему? Не помню, мама, это