



*По благословению Преосвященнейшего Михаила,
епископа Курганского и Шадринского*

**Д. А. Авдеев
В ПОМОЩЬ
СТРАЖДУЩЕЙ ДУШЕ.
Опыт врачебного
душепопечения.
Русский Хронографъ**

20  01
Москва

-
- ПСИХИАТРИЯ И ДУХОВНОСТЬ
 - ПРИЧИНЫ ПСИХИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ: ПРАВОСЛАВНЫЙ ВЗГЛЯД
 - Краткая классификация и особенности психических расстройств

- Некоторые симптомы психических расстройств
- Краткое описание некоторых психических заболеваний
- Депрессия и ее «маски»
- Акцентуации
- Психопатия
- Что кроется за симптомами болезни?
- Душевный недуг — Господом возложенный крест
- Психические нарушения как вид несоудержимости
- Из духовных бесед святителя Луки (Войно-Ясенецкого)
- Болезни души — сокровенная тайна

• ПАСТЫРСКАЯ ПСИХИАТРИЯ

- Для справки

• О ПОМОЩИ БОЛЬНЫМ

- Памятка для родственников психически больных (психозы)
- Претерпевый же до конца, той спасен будет (Мф. 10, 22)

• ДУХОВНАЯ ПРИРОДА НЕРВНОСТИ

- Краткий конспект учения о страстях по святому Иоанну Кассиану
- Страсти
- Неврозы
- Факты вопиют
- Основные формы неврозов
- Неврастения
- Невроз навязчивых состояний (обсессивный невроз)
- Истерия
- Невротическая депрессия
- Особенности детских неврозов

• ОБЯЗАННОСТИ СЕМЕЙСТВЕННЫЕ

- О ЛЮБВИ ИСТИННОЙ И ЛОЖНОЙ. СЕМЬЯ, ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ
 - Не дайте себя купить! Слово к подросткам
- ПСИХОСОМАТИКА
- ОЧЕРКИ ВРАЧЕБНОГО ДУШЕПОПЕЧЕНИЯ
 - По поводу заикания
 - Вы чуточку больны
 - Опасная «инфекция»
 - Когда душа «трясется»
 - Инволюционная меланхолия. К вопросу о психологии старения
 - Если ребенок плохо спит
 - Синдром тревоги
 - Памятный случай
 - Чудесное возвращение жизни
 - Девство и «комплекс»
- ВРАЧЕВАНИЕ ДУШИ: ИСТИННОЕ И ЛОЖНОЕ
 - На нервной почве
 - О нравственности в современной психотерапии
 - О психологии, утратившей душу
 - Православная психология (краткий конспект)
 - Психотерапия: православный подход
 - Основные принципы православной психотерапии
- ПИСЬМА КОЛЛЕГ
 - Комментарий священника-психолога
- ПРИМЕРЫ ГУБИТЕЛЬНОГО ПСИХИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ
 - Медитация и йога
 - Психоанализ Фрейда
 - Гипноз

- Оптинские старцы о гипнозе
- Влияние гипноза на детей
- Аутогенная тренировка (как вид самогипноза)
- Трансовые состояния
- О кодировании
- Нейролингвистическое программирование (НЛП)
- Деятельность экстрасенсов
- Приемы психологического воздействия, осуществляемые в сектах
- «Яблоко от яблони недалеко падает»

• КАК ПОМОЧЬ СТРАЖДУЩЕЙ ДУШЕ

- Духовная врачебница

• СВЯТЫЕ ОТЦЫ И ПОДВИЖНИКИ БЛАГОЧЕСТИЯ О ТЕРПЕНИИ СКОРБЕЙ И МИРЕ ДУШЕВ

- По творениям святителя Игнатия (Брянчанинова)
Слово утешения к скорбящим инокам

• ДУХОВНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ САМОПОМОЩЬ

- Оздоровительные советы и рекомендации
- Как избавиться от курения?

• ПРАВОСЛАВНОЕ МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ДУШЕПОПЕЧЕНИЕ

• О ГРЕХЕ ПЬЯНСТВА

- С точки зрения врача
- Женский алкоголизм
- Подростковый алкоголизм
- Алкогольная эмбриопатия
- Истоки «алкогольной» личности
- Как помочь страждущим недугом пьянства
- Псевдолечение
- По милости Божией многие люди исцеляются от недуга пьянства

- Спросите с себя
- Берегите душевный мир
- Пособие против страсти пьянства (по творениям святителя Тихона Задонского)
- Десять горьких гроздов пьянства (Из соч. святителя Димитрия Ростовского)
- Письмо игумена Никона (Воробьева) к пьющему спиртное
- Письмо матери
- Исцелила Пресвятая Богородица (из книги «Икона Божией Матери «Неупиваемая Чаша»)
- Семь нечистых духов

• О НАРКОМАНИИ И НАРКОМАНАХ

- Определение
- Зависимость
- Куда же уходят корни наркомании?
- Во время врачебного приема
- На приеме семья
- Типичные грехи, ошибки и заблуждения, возникающие в ходе реабилитации
- Из переписки с читателями
- О помощи Божией раскаявшимся наркоманам
- Небесное заступничество
- Он вновь сказал: «Мама». Пример благодатной помощи святого праведного Иоанна Русского

• В ПОМОЩЬ ПРАВОСЛАВНОМУ ВРАЧУ И ПСИХОЛОГУ

• О ГРЕХЕ КУРЕНИЯ

- Святые отцы о курении
- Из истории распространения греха
- О вреде курения для здоровья
- Душеполезное чтение

• НЕ УЧАСТВУЙТЕ В ДЕЛАХ ТЬМЫ

• О ДУХОВНОМ И ДУШЕВНОМ ЗДОРОВЬЕ

- ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

- ПРИЛОЖЕНИЯ

- Святые отцы о болезнях и болящих
- О страданиях младенцев
- О служении больным
- По творениям святителя Феофана Затворника
- Житие преподобного отца нашего Пимена Многоболезненного
- Святые отцы о борьбе с гневом и печалью
- Душеполезное чтение
- Исцеление Н. А. Мотовилова преподобным Серафимом Саровским
- Из беседы преподобного Серафима Саровского с иноком

ПСИХИАТРИЯ И ДУХОВНОСТЬ

Психиатрия... Пожалуй, нет в медицине такой науки, судьба которой была бы сравнима с судьбой психиатрии. Ибо в фокусе теории и практики психиатров душа человека. То, что выделяет нас над всем животным миром, что создано по образу и подобию Божию. Понятие болезни в психиатрии было и остается неотделимо от мировоззрения врачей и ученых, от самых разнообразных социальных, общественных и политических факторов и условий.

Я помню случай, когда еще в начале моей врачебной работы мне пришлось для выступления на конференции ворошить кипу историй болезни. Меня интересовали лишь некоторые данные относительно пола, возраста и диагноза пациентов, находившихся на стационарном лечении в психиатрической клинике. И вот как-то непроизвольно я вчитался в одну из них. Речь шла о молодом человеке, которого направили на обследование доктора из военкомата, не на шутку обеспокоившиеся психическим состоянием 18-летнего паренька. Факты, которые заставили врачей насторожиться, были таковы: бросил институт, уехал в деревню послушником к священнику, строго соблюдает посты и ритуалы. В истории болезни в качестве возможных симптомов фигурировала вера в Бога и загробную жизнь, в бессмертие человеческой души. Мне стало страшно за этого парня, за врачей, старательно описавших «сумасшествие», за судьбы других людей... Позже я ближе познакомился с этим милым и добрым

юношей, твердо решившим стать православным священником, если будет на то Божия воля. Я обрадовался тому, что Александру (так его звали) удалось избежать неприятностей и он начал готовиться к вступительным экзаменам в Духовную семинарию. Саше помогли перемены в стране, а сколько было таких как он, пострадавших за веру Христову, осмеянных, преследуемых, но счастливых и не сломленных, потому что пострадали за Христа.

Сегодня мало кто из историков медицины вспоминает, что первый этап становления психиатрии именуется монастырским. Со всей Руси в монастыри свозили душевнобольных и бесноватых. В обителях с христианской любовью облегчали их страдания. Больной был не лишним и не чужим человеком, а братом во Христе, который нуждается в помощи. Из истории медицины известно, что становление врачевания на Руси как особой социальной системы попечения о болящих неразрывно связано с проникновением в быт и нравы людей христианства. С момента крещения Руси врачевание находилось под непосредственным покровительством Православной Церкви.

На Стоглавом соборе 1551 года Иван Грозный потребовал оказания содействия в призрении нищих и больных, к которым относились и «лишенные разума». По постановлению Стоглавого собора монастыри взяли на себя попечение о психически больных, в частности, совершивших преступления. Эти функции монастыри выполняли и раньше, но постановления Стоглавого собора уточнили и расширили их обязанности.

«Великий князь Владимир в своем Уставе (996 г.) объявлял больницы учреждениями, а «лечцов» (врачей) — людьми церковными, подвластными епископу. В представлении людей христианские заповеди милосердия, сострадания, любви к ближнему связывались с попечением о болящих, заботой о вдовах, стариках, сиротах. Святой князь Владимир, крестившись, строил церкви и больницы, устраивал десятину, которая шла на содержание богаделен, странноприимных домов, больниц, и, как свидетельствуют летописи, велел разыскивать по городу больных и доставлять им на дом пропитание.

Устав князя Владимира, опиравшийся на правила и законы Православной греческой Церкви, стал основанием для устройства благотворительных учреждений в России вплоть до 18 века» (К. В. Зорин).

Процесс отделения психиатрии от Церкви начался примерно с конца XVIII века. Примечательно, что в это же время началась секуляризация культуры в России. Художник, как пишет доцент Московской Духовной Академии М. М. Дунаев, стал сознать себя как бы самостоятельным творцом, но он уже не мог черпать энергию для творческого акта в глубинах соборного сознания и становился слабым копиистом заимствованных форм.

Такие же метаморфозы произошли и с психиатрией и психиатрами.

Психиатрия предпочла стать более «объективной», а ученые и практики — опереться только на факты, данные клинических и лабораторных наблюдений. Не удалось удержаться именитым профессорам от искушения всему найти рациональный ответ и поставить точки над «i».

Вот что об этом пишет известный православный писатель Сергей Нилус в книге «Великое в малом»: «Случайность, известное стечение обстоятельств, психическая реакция, нервы, дряблость разнузданного барича, атавизм и много другого, одинаково мало объясняющего, приведут мудрецы века сего в объяснение психологии данного момента. Но они даже и не дадут себе труда объяснить его: им дорога не истина, а усвоенная ими их псевдонаучная точка зрения. Отказаться от нее — значит признать свою несостоятельность, а у кого из них на это хватит мужества? В жизни аристократизма мысли, в котором они узурпировали себе первое место, им дела нет до погибающего в созданных ими заблуждениях человечества, — сохранено было бы за ними их первенство, их руководящее влияние над легкомысленной толпой.

Внезапную болезнь здорового организма они умеют объяснить заразным началом, находящимся вне организма и извне в него проникающим, но микроба духовной заразы, — открытого давно и известного врачам духовным, великим молитвенникам Церкви, единственным духовным врачевателям мятущейся человеческой души, — не дано открыть вновь современным лжецелителям. Закрыты отступничеством и неверием их духовные очи — и «видя не видят, и слыша не разумеют».

Октябрь 1917 года и коммунистическое учение, краеугольным камнем которого является атеизм, принесли известные миру драматические последствия. Что же произошло в медицине, в психиатрии? Человек был сведен к плотской реальности (мозг, биологические жидкости, нервные узлы, внутренние органы, рефлексy и поведенческие реакции). Личность также стала рассматриваться с физиологически ориентированных точек зрения. Духовное понимание всякой болезни было окончательно низвергнуто. А взамен ему пришло биологическое.

Человек стал восприниматься винтиком большой машины (государства). В сталинские времена исследователи и врачи с большой осторожностью произносили такие слова, как душа, внутренний мир, личность, опасаясь преследований. Изгонялось и уничтожалось все, что могло помешать партийцам и их власти. С детских лет людям внушалось, что маленький отрезок времени длиной в 60—70 лет — единственное богатство человека, и, соответственно, карьера, деньги, власть становились критериями благополучия.

От внутренней жизни и искания Бога был сделан решительный поворот к жизни внешней, к порокам, грехам и стяжательству. Коммунистическая философия, провозгласившая основной задачей рост материального

благосостояния, зашла в тупик, попутно искалечив судьбы миллионов людей.

Обстановка в зарубежной психиатрии как бы способствовала формированию «обновленческих взглядов». В Европе психиатрия развивалась на основе рационалистических идей. Душевные проблемы и болезни стали составлять исключительно компетенцию психиатрии. Священник и церковные Таинства оказывались как бы и не нужны. Известные профессора наперебой пытались выразить свое негативное отношение к религии.

Вот лишь несколько примеров. Шнайдер: «Проявления религиозной жизни — психическая болезнь»; Рейн: «Религиозные идеи — это навязчивости». Для Фрейда религия была массовым безумием.

Шло время, десятилетие сменяло десятилетие, и к тридцатым-сороковым годам в среде психиатров, да и ученых других специальностей, за редким исключением, складывалась послушная установка на безбожие и атеизм. Но и в то тяжелое время были среди крупных ученых-медиков настоящие подвижники, сумевшие пронести глубокую веру в Бога и христианское благочестие через всю жизнь. Это, к примеру, профессор-психиатр Д. Е. Мелихов, хирурги С. С. Юдин и ныне прославленный в лике святых архиепископ Лука (Войно-Ясенецкий), академик-офтальмолог В. П. Филатов и другие. Их молитвами и молитвами всех верующих сохранил нас Господь.

В последние годы по милости Божией в психиатрии вновь заговорили о духовности. Так, была открыта молельная комната в НИИ клинической психиатрии, восстановлен храм на территории ММА им. И. М. Сеченова. Освящен храм в институте им. В. П. Сербского. Духовное окормление больных происходит и в больничных церквях клиник им. П. П. Кащенко, им. О. В. Кербилова, Научном Центре Психического Здоровья. Совершаются богослужения в больничном храме во имя св. мученика Вонифатия в Областной психиатрической больнице. Теперь нередко проводятся научные и научно-богословские конференции с участием духовенства и врачей-психиатров. Этой проблеме был посвящен ряд очень полезных встреч в издательском отделе Московской Патриархии. В декабре 1995 года состоялся первый семинар по монастырской медицине с приглашением психиатров. Этой теме был посвящен пастырский семинар, проходивший в Свято-Даниловом монастыре в начале 1997 года.

В психотерапевтической энциклопедии, вышедшей в свет в 1999 году, помещена солидного объема статья под названием «Православная психотерапия».

В 1996 году начал свою деятельность Душепопечительский центр во имя св. праведного Иоанна Кронштадтского. Опубликован ряд книг, брошюр и статей, освещающих проблемы духовности в психиатрии, психотерапии,

психологии.

Словом, работа в этом важном направлении началась, но многое еще предстоит сделать.

Современный этап психиатрии создается сегодня и зависит от нас, уважаемые коллеги, от нашей веры и духовности. Господь наш Иисус Христос спросит нас за каждый день, за каждого пациента. Во славу ли Божию работаем или нет? Вопрос этот остается пока открытым.

* * *

Личность в христианской антропологии рассматривается в единстве духовных, душевных и телесных проявлений. И это единство достигается только при условии преобладающего влияния сферы духа.

По словам преп. Никодима Святогорца, «Дух твой, ищущий Бога Небесного, да властвует над душою и телом, назначение которых устроить временную жизнь». В этом единстве — здоровье, норма человеческого бытия.

По утверждению святителя Феофана Затворника, духовную сферу в человеке составляют: благоговение и жизнь в страхе Божиим, совесть, искание Бога.

«Дух есть, прежде всего, способность человека различать высшие ценности: добро и зло, истину и ложь, красоту и уродство. Если выбор в этой области сделан, то дух стремится подчинить своему решению душу и тело. Через свой дух человек общается с Богом. Без общения с Богом дух человека не способен найти настоящий критерий для определения высших ценностей, так как только Бог, который Сам есть абсолютное благо, истина и красота, может верно указать решение человеку» (Православный Катехизис).

Соответственно указанным сферам личности и всякая болезнь имеет, в первую очередь, духовную, а уже затем психофизиологическую природу.

Духовный подход, а для меня это православный подход к больному человеку, не подменяет медико-биологического взгляда, но обогащает, дополняет и завершает представление о личности.

ПРИЧИНЫ ПСИХИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ: ПРАВОСЛАВНЫЙ ВЗГЛЯД

Краткая классификация и особенности психических расстройств

Как классифицируются психические заболевания? Принципиально в психиатрии выделяют два уровня патологических изменений. К первому уровню (или группе) относятся психотические состояния. Это обширная группа заболеваний, имеющих непсихогенное (непсихологическое) происхождение и связанных с рядом генетических, обменных и иных нарушений. Среди основных заболеваний этой группы выделяются шизофрения, маниакально-депрессивный психоз, эпилептические и старческие психозы. Болезни могут протекать непрерывно или приступообразно, вяло или ярко, тяжело или умеренно тяжело.

Типичные симптомы психозов: бред, галлюцинации, поведенческие нарушения (чаще при шизофрении); расстройства эмоциональной сферы в виде мании или депрессии (при маниакально-депрессивном психозе) и т. д. Со временем может измениться весь психический «облик» человека.

Другая группа патологических заболеваний включает в себя разнообразные невротические, неврозоподобные расстройства. Отличительной чертой этих заболеваний является связь их возникновения со стрессами, психотравмирующими обстоятельствами, дефектами воспитания, социальными условиями.

В отличие от психозов, в случае непсихотических расстройств, составляющих так называемую «малую» психиатрию, больные относятся к своему психическому состоянию критически, пытаются бороться с постигшим их недугом.

Психические болезни протекают во многом отлично от соматической (телесной) патологии. Одной из особенностей психических болезней является как бы отсутствие у них видимого повреждающего фактора. Сколько-нибудь существенные анатомические изменения отсутствуют в мозге при шизофрении и маниакально-депрессивном психозе. Неврозы также не проявляют себя видимыми дефектами со стороны центральной нервной системы. При эпилептических и старческих психозах болезненные изменения в головном мозге скорее предшествуют клинике психических расстройств, нежели порождаются ими.

Некоторые симптомы психических расстройств

Расстройства мышления:

разорванность — нарушение логической связи в речи;

бессвязность — речь больного представляет собой набор слов, отсутствуют логическая и грамматическая речевые связи;

обстоятельность — «грузное» мышление; характерны излишняя детализация, застревание на малозначимых деталях, неумение выделить

главное;

резонерство — «бесплодное мудрствование», обычно сочетается с многословностью и подменяет собой размышления и ответы по существу;

замедленное мышление — субъективно ощущается трудностью осмысления ситуации, бедностью и однообразием представлений, характеризуется уменьшением числа ассоциаций;

ускоренное мышление — явление противоположное замедленному мышлению, апогей ускоренного мышления представляет собой «скачку идей»;

ментизм — патологический «наплыв мыслей»; в голове буквально поток разнообразных ассоциаций, при этом речь больного по темпу не изменяется;

шперрунг — остановка, внезапная «закупорка» мысли;

бредовые идеи — ложные умозаключения, не имеющие под собой реальных оснований и не поддающиеся логическому разубеждению; часто встречаются в клинике шизофрении; различают множество разновидностей бреда: бред преследования, воздействия, величия, отношения, отравления, ущерба, ревности и др.;

навязчивые идеи — непроизвольно и труднопреодолимо возникающие страхи, сомнения, опасения, действия, представления, которые осознаются больным как болезненные и чуждые; больные сохраняют к ним критическое отношение, пытаются бороться с ними; данный вид расстройства мышления преимущественно встречается при неврозе навязчивых состояний, но может наблюдаться и при других психических заболеваниях;

сверхценные идеи — идеи, первоначальное возникновение которых обусловлено реальной ситуацией или событием, но впоследствии болезненно гипертрофированные; критическое отношение к ним утрачивается; как правило они сопровождаются чувством тревоги, внутреннего напряжения.

Расстройства восприятия:

иллюзии — ошибочное восприятие реально существующих предметов или явлений; наиболее часто возникают на фоне эмоционального напряжения, чувства страха (например: половая тряпка может показаться незнакомым животным и т. п.);

галлюцинации — форма психического нарушения, при которой восприятие возникает без реального раздражителя; человек видит, слышит или ощущает то, чего не воспринимают окружающие; галлюцинации наблюдаются при шизофрении, органическом поражении головного мозга, при алкоголизме, наркомании;

сенестопатии — разнообразные тягостные, болезненные ощущения в разных частях тела, во внутренних органах; эта болезненность не проявляет себя видимыми соматоневрологическими дефектами, инструментальные исследования также не обнаруживают «очага» повреждения;

деперсонализация — расстройство самосознания, субъективное чувство измененности своих психических и физических свойств;

дереализация — болезненно-неадекватное восприятие окружающей действительности, предметов, явлений.

Расстройства эмоций:

депрессия — сниженный фон настроения, сопровождающийся вялостью, утомляемостью, уныло-пессимистической оценкой происходящего; нередко присутствует бессонница; упорная депрессия может приводить к суицидальным мыслям и даже действиям; депрессия диагностируется в клинике многих психопатологических состояний; если депрессивное состояние продолжается более 2-3 недель, имеет суточные (утром — хуже, вечером — лучше) и сезонные (весна, осень — ухудшение) колебания, то в этом случае нужна врачебная помощь;

мания — болезненно повышенное настроение, сопровождающееся двигательным и речевым возбуждением; мания характерна для маниакального состояния в рамках маниакально-депрессивного психоза;

дисфория — злобно-гневливое настроение; часто дисфория обнаруживается у больных эпилепсией;

апатия — эмоциональная опустошенность, безразличие к происходящему, к себе;

аутизм — патологическая замкнутость.

Краткое описание некоторых психических заболеваний

Шизофрения — психическое заболевание, проявляющееся типичными изменениями личности. В клинической картине шизофрении можно выделить: 1) структурные нарушения мышления — разорванность, резонерство, логические «соскальзывания», аутистическое мышление, бред; 2) эмоциональные нарушения; 3) явления деперсонализации и дереализации; 4) обманы восприятия (галлюцинации и др.) и ряд других нарушений. Шизофрения — это скорее не одно заболевание, а объединяющаяся под

одним термином группа психозов, которые могут иметь разную силу и продолжительность патологических проявлений и отличаться по типу течения. Больным шизофренией требуется наблюдение и лечение у психиатра.

Маниакально-депрессивный психоз — это психическое заболевание, основными клиническими признаками которого являются маниакальные, депрессивные или смешанные фазы, которые могут сменять друг друга в разной последовательности. Иногда в клинике маниакально-депрессивного психоза преобладает какая-либо одна фаза. Характерной особенностью данного заболевания является наличие светлых промежутков (состояния практического здоровья). В периоды обострений необходимо лечение, а в межприступный период показаны профилактические мероприятия.

Эпилепсия — или «падучая болезнь» — может проявляться судорожными припадками или могут быть так называемые бессудорожные психические эквиваленты. Они представляют собой периодически повторяющиеся приступы дисфории, агрессии и др. При эпилепсии специфически изменяется личность: мышление становится обстоятельным, тугоподвижным. В характере больных могут обнаруживаться черты чрезмерной педантичности, пунктуальности. Вместе с этим у больных эпилепсией отмечается злопамятность. Эти черты как бы отображают «вязкое» мышление страдающих эпилепсией людей.

Депрессия и ее «маски»

«Уважаемый доктор! Мне трудно даже перечислить свои недомогания, но мне очень тяжело. Сильно болею уже три года. Меня мучают щемящие боли в сердце, тошнота, аритмия, головокружение. Я была у многих врачей: терапевта, хирурга, невропатолога... Никто не смог мне помочь, а работать становится все тяжелее. Единственное, что меня поддерживает, — это сочувствие мужа и его помощь: ведь дома я ничего делать не могу. У меня есть еще сопутствующие болезни — язвенная болезнь, мочекислый диатез, остеохондроз. Доктор, прошу Вас, если это возможно, помогите...»

Вот с таким заранее подготовленным письмом пришла на прием молодая женщина с усталым и изможденным лицом. Выяснилось, что язва двенадцатиперстной кишки у нее давно зарубцевалась и терапевты не видят причин для беспокойств. Мочекислый диатез был выражен незначительно. Лечение остеохондроза принесло пациентке лишь незначительное облегчение. Ни один из консультантов не поспешил признать ее заболевание «своим», но практически все рекомендовали обратиться к невропатологу или психиатру.

...Прочитанное письмо и обстоятельная беседа с пациенткой не оставляли никаких сомнений в том, что женщина действительно больна. Ее

заболевание не было миражом, но больна она была, судя по всему, отнюдь не телесным недугом, а душевным, хотя сама больная психически нездоровой, естественно, себя не считала. Если соматические недуги пациентки в данном случае оказались мнимыми, то боль, которая заставляла упорно обращаться чуть ли не ко всем врачам поликлиники, была вполне реальной и ощутимой. Оказалось, что заболевание женщины есть не что иное, как «скрытая» или «маскированная» депрессия.

Название болезни говорит о том, что депрессия, о наличии которой сама пациентка все эти годы и не подозревала, как бы скрывалась за несуществующими телесными недугами, имитируя их симптомы, маскируясь в чужие одежды.

«Маски» депрессии чрезвычайно многообразны, и распространенность скрытой депрессии велика. Заболевание встречается у 10-30 процентов от общего числа пациентов, посещающих общемедицинскую сеть наших поликлиник. Как правило, поражается самый работоспособный возраст — 21—40 лет. И с контингентом «непонятных» больных могут встретиться врачи различных специальностей.

Акцентуации

Акцентуации характера — это чрезмерная выраженность некоторых характерологических черт и их сочетания. Это специфическая уязвимость характера. Обладатель той или иной акцентуации (к примеру: склонность к частой и беспричинной смене настроения, нервной слабости, возбудимости, истеричности) становится ее рабом.

Зачастую акцентуации характера создают «почву» для конфликтов, невротических состояний. Могут они, при определенных обстоятельствах, трансформироваться и в психопатию. Духовная основа акцентуаций — греховное повреждение души, издержки воспитания, вредные привычки.

Психопатия

Психопатия — это личностная аномалия, которая характеризуется дисгармоничностью ее психического устройства. Критериями психопатии являются: 1) выраженность психических нарушений, приводящая человека к социальной дезадаптации; 2) тотальные изменения всего психического облика человека; 3) относительная стабильность психических особенностей (П. Б. Ганнушкин).

Различают психопатии конституциональные, которые возникают как следствие различных заболеваний, травм головного мозга, инфекций и др., и приобретенные. Вторая группа психопатий связана с факторами воспитания, средовыми и ситуативными обстоятельствами.

Увы, наша действительность зачастую является «поставщиком»

психопатических личностей.

Психопатия занимает как бы промежуточное положение между психозами и неврозами. Она по некоторым характеристикам «не дотягивает» до психоза (как правило, отсутствуют в клинической картине бред, галлюцинации и др.), но и существенно отличается от невротических расстройств. Также при неврозе имеется связь симптомов с какими-то эмоционально значимыми переживаниями, тревожащими человека событиями и обстоятельствами жизни. А психопат, как говорится, всегда психопат. Конечно, в отдельные моменты его поведение может декомпенсироваться, а в иные периоды жизни — наблюдается относительная компенсация, но общий аномальный психопатический фон остается.

Если человек, страдающий неврозом, условно говоря, вредит себе, то психопат своим поведением вредит и окружающим. Безусловно, степень выраженности психопатических черт у лиц, ими обладающих, варьирует индивидуально. Существенно различается и клиника отдельных видов психопатических расстройств. Так, различают, к примеру, следующие виды психопатий: возбудимая, истерическая, реактивно-лабильная, тормозивная и другие. В прежних классификациях мы могли встретить, например, такие разновидности: чудачки, фантасты, лгуны, эмоционально тупые, раздражительные, нервные, депрессивные.

Лечение психопатии — это длительный, сложный и далеко не всегда эффективный процесс. То же самое можно сказать и о духовной реабилитации психопатических личностей. Однако, невозможное человеку, возможно Богу.

Что кроется за симптомами болезни?

Когда начинаешь обдумывать некоторые психопатологические проявления, наблюдаемые у больных, то невольно задумываешься о духовной сущности их возникновения. Приведу описание отдельных симптомов и синдромов, используемых на практике для описания душевного состояния больных.

Бред одержимости — в больного вселилось животное, насекомое, мифологическое или выдуманное самим больным живое существо, которое постоянно (реже — периодически) пребывает в организме и заставляет совершать движения, поступки вопреки желанию больного, руководит его мыслями и чувствами.

Автоматизмы — возникновение чувств, движений, мыслей, образов, представлений и прочего помимо воли и желания больного.

Бред персекуторный — группа бредовых идей, характеризующихся бредовой убежденностью больного в воздействии извне и с целью причинить ему моральный или физический вред.

Бред Котара — сопровождается уверенностью в предстоящих мучениях, истязаниях, продолжительных и мучительно жестоких, которым будет подвергнут как сам больной, так и его родные и близкие.

Копролалия — систематическое засорение речи душевнобольных бранными, нецензурными словами, циничными выражениями.

Суицидомания — постоянное, неослабевающее стремление во что бы то ни стало покончить жизнь самоубийством.

Некоторые принятые в психиатрии патологические состояния, такие, как инцест (половые отношения между родственниками), гомосексуализм, однозначно рассматриваются Святой Церковью как тягчайшие грехи. Грехами являются и алкоголизм, злостное курение, употребление наркотиков.

Раздражительность, нетерпимость, уныние относятся не только к психопатологии, но и, может быть, прежде всего, к аскетике. Этот перечень можно продолжать и далее.

В психиатрии «загадок» больше, чем в какой-либо другой клинической дисциплине. Современная психиатрия утвердилась на материалистических позициях и, соответственно, не признает существования бесов. А отсюда и не может объяснить происхождение многих психических нарушений. Особенно это относится к состояниям бесоодержимости.

Душевный недуг — Господом возложенный крест

От чего же возникают психические расстройства и болезни? Попробуем рассмотреть этот вопрос. Существует несколько точек зрения. Одна из причин — естество человека.

Преподобный Антоний Киево-Печерский три года ухаживал за монахом, больным кататонией (одна из форм психозов), рассматривая его состояние как болезнь, а не как результат воздействия злого духа (пример цитир. по проф. Т. И. Юдину).

Преподобный Иоанн Лествичник приводит определенные признаки, по которым он советует различать возникающие помимо воли монахов расстройства настроения духовного происхождения от таких же, не уступающих молитве и силе крестного знамения настроений, развитие которых зависит, как он пишет, «от естества» (цит. по проф. Д. Е. Мелихову).

В книге «Православное пастырское служение», говоря о психиатрии, архимандрит Киприан (Керн) указывает на то, что существуют состояния

души, которые трудно определить категориями нравственного богословия и которые не входят в понятия добра и зла. Эти состояния, по мнению автора, принадлежат не к аскетической области, но к психопатологической, и развиваются от природы человека.

Преподобноисповедник, старец-архимандрит Георгий (Лавров), подвизавшийся в свое время в Даниловом монастыре, очень четко различал психические болезни. Одним он говорил: «Ты, деточка, иди ко врачу», — а другим — «Тебе у врачей делать нечего». Бывали случаи, когда старец, наладив духовную жизнь, рекомендовал сходить к психиатру или, наоборот, брал от психиатра людей к себе на духовное окормление.

Подводя некоторый итог вышесказанному, можно предположить, что душевные болезни могут быть в этой плоскости сравнения сопоставимы с телесными, и что те и другие, по попущению Божию, посылаются человеку в целях споспешествования в деле спасения. В данном случае душевный недуг — это Господом возложенный крест.

Научно-медицинские данные также свидетельствуют о том, что психические расстройства возникают на биологическом уровне. Подтверждают это положение такие обстоятельства, как, например, возникновение психопатологических симптомов на фоне соматической или неврологической патологии, появление психических нарушений под воздействием разнообразных вредоносных факторов (отравление нейротропными ядами, СВЧ-поле, сильный шум, работа в условиях темноты и т. д.).

Подтверждает выдвинутое положение и то, что психопатологические проявления часто и успешно излечиваются медикаментами. Стоит упомянуть и о том, что проведены генетические исследования на предмет предрасположенности к психическим заболеваниям и выявлены определенные закономерности.

Понятно, что плоть человека не может болезновать изолированно от остальной его природы. Любая болезнь, будь то психопатология, заболевание желудка, костей или глаз, имеет и духовную природу, ибо все болезни человечества — следствие грехопадения. То есть, когда мы говорим, что эта или иная болезнь естественная, это означает, что в ее природе как бы более явственно и зримо проявляются психопатологические или соматические симптомы. В этой связи мне хочется привести пример.

Известно, что шизофрения характеризуется своеобразным расщеплением психической деятельности. Но и у людей, считающих себя здоровыми, есть эта двойственность. О таком «двойничестве» падшего человека писал св. апостол Павел: *Не понимаю, что делаю: потому что не то делаю, что хочу, а что ненавижу, то делаю. Если же делаю то, чего не хочу, то соглашаюсь с законом, что он добр, а потому уже не я делаю то, но живущий во мне*

грех. Ибо знаю, что не живет во мне, то есть в плоти моей, доброе; потому что желание добра есть во мне, но чтобы сделать оное, того не нахожу. Доброго, которого хочу, не делаю, а злое, которого не хочу, делаю. Если же делаю то, чего не хочу, уже не я делаю то, но живущий во мне грех (Рим. 7, 15-20).

Психические нарушения как вид бесоодержимости

Психические расстройства могут появляться и в результате действия злых духов на человека. В Священном Писании злые духи изображаются входящими в людей и выходящими из них (Мф. 4, 24; Мк. 1, 23; Лк. 4, 35 и др.). Особенно замечательным примером является исцеление Господом гадаринского бесноватого. Этот несчастный влачил жизнь свою не в человеческих жилищах, а в гробовых пещерах; бился о камень с пеной на губах, испускал вопли. Пробовали сковать его, но он, как веревки, разрывал оковы. Что это за болезнь?

Неверующие скажут: падучая болезнь, нервное расстройство. Но про гадаринского бесноватого нельзя сказать, что он был только нервно расстроен; это видно вот из чего: изгнанные из несчастного бесы просили у Христа дозволения войти в стадо свиней. Спаситель дозволил, и вот стадо бросилось с крутизны в море (Мф. 8, 28— 32). Кто же потопил свиней? Не бесноватый, который сидел у ног Господа, а легион бесов, изгнанных из него.

В результате одержимости злым духом душа делается неестественной, она томится и страдает. В Священном Писании бесноватые прямо и ясно отличаются от людей, одержимых душевными и телесными болезнями. Последние, как указано, развиваются от расстройства душевных сил, воображения, рассудка и т. п.

Бесоодержимость не забудется тому, кто хотя бы однажды увидел ее проявления. Я впервые наблюдал такого человека в Киево-Печерской Лавре. Это была женщина средних лет. Всякий раз, когда священник совершал каждение храма и приближался к месту, где она стояла, из нее вырывались дикие, нечленораздельные крики и, как бы в бесчувствии, женщина падала навзничь. Затем она вставала, тихо, со слезами на глазах, извинялась перед молящимися...

Позднее я сталкивался с подобными случаями не единожды. Приведу еще один пример. На прием пришла верующая, православная женщина по направлению настоятеля храма, прихожанкой которого она являлась.

Выяснилось, что уже некоторое время она находится на инвалидности по психическому заболеванию. Тихая, в платочке, под очками красивые серо-голубые глаза. Она рассказывала мне о своем самочувствии. Как психиатру, мне не сложно было увидеть психические нарушения. Но вот что произошло дальше. Неожиданно она вся как-то изменилась, пришла в движение и громко, очень противным хриплым голосом нецензурно выругалась и сказала как бы самой себе несколько фраз. И мне и ее сопровождавшему, который тоже находился в кабинете, стало совершенно ясно, что в ней говорит бес.

Игумен Михей (Тимофеев), насельник Троице-Сергиевой Лавры, так по этому поводу рассказывал о своем духовном отце архимандрите Серафиме (Тяпочкине).

«На богослужении у отца Серафима присутствовало довольно много людей, одержимых бесом. По молитвам батюшки из многих бес был изгнан. При чтении Евангелия, пении Херувимской, когда батюшка кадил или просто находился в храме, алтаре, они кричали на разные голоса: женщины — по-мужски, басом, многие лаяли по-собачьи, завывали. Сильно кричал и Иван. Особенно, когда открывались Царские врата, читалась молитва «Со страхом Божиим и верою приступите» и начинали причащать Святых Христовых Таин. Таким больным без посторонней помощи невозможно подойти к Причастию. Иван несколько раз приезжал в Ракитное и теперь молится и крестится спокойно.

Одну одержимую женщину четверо человек едва могли подвести к Причастию. Такая огромная сила противодействовала Святыне, такая была ненависть к Чаше, что женщина стояла как вкопанная, сопротивлялась, отворачивалась и пятилась назад. Но Господь победил в ней беса. Оказавшись возле отца Серафима, держащего Чашу со святыми Дарами, женщина тихо причастилась и, преобразившись на глазах, смиренная и покорная, благодарила Бога.

Батюшка всегда с любовью относился к таким болящим. Во многих одержимых, приближавшихся к старцу, бес кричал: «Уйду, уйду, сейчас же уйду!» или «Ой, попаюсь огнем!». Многие злобно рычали, но приблизиться к старцу боялись. Одна больная набросила снятую с себя телогрейку на голову идущего из храма батюшки, а он, не обращая внимания, так и шел с ней. Когда сопровождавшие его хотели женщину выпроводить, батюшка сказал: «Оставьте ее, она не виновата». Многим страждущим батюшка помог, многие исцелились».

Подобные примеры встречаются нередко в жизнеописаниях подвижников веры, духоносных старцев.

Пожалуй, два обстоятельства отличают бесоодержимого человека от genuинного (первичного) психотика. *Первое* — злые духи знают Бога,

трепещут перед силою Креста Христова, молитвы, крещенской воды, св. Христовых Таин. *Второе* — психические (в основном поведенческие) расстройства у бесоодержимых людей носят оттенок насильственности. Ибо душе человека противно то, что заставляет делать лукавый.

Архиепископ Иоанн (Шаховской) в книге «Философия православного пастырства» приводит следующие разграничения описываемых состояний. Бесноватостью можно, по мнению владыки, назвать такие состояния, когда человек теряет всякое самосознание. Душа находится под сильнейшим демоническим воздействием. Одержимость же есть частичная плененность души злой силой. В обычной действительности мы становимся одержимы, когда порабощаемся своим страстям и порокам.

На все воля Божия. Иным Господь попускает впасть в немощь одержимости, потому что знает, что ум и волю свою человек использует себе во зло; других, быть может, ограждает тем от тяжких грехов. Мы читаем в послании к Коринфянам у св. апостола Павла: *...передать сатане во измождение плоти, чтоб дух был спасен в день Господа нашего Иисуса Христа* (1 Кор. 5, 5).

Пастырское душепопечение (а в ряде случаев и деятельность православного психиатра) должно распространяться и на личность страждущего, его психологию.

Владыка Иоанн пишет по этому поводу: «Пастырь вливает в страждущего-одержимого силы бороться с демоническими духами, неподчинение их внушениям, презириание их, святую евангельскую ненависть к ним и ко греху, через который обычно держат демоны людей в подчинении себе.

Пастырь научает людей не верить демоническим внушениям и клеветам как на Бога, так и на людей, не сосредотачиваться на тех злых и темных мыслях, которые демоны внушают, влагают в сердце и разум. Непринятые мысли и чувства останутся «внешними» для человека, останутся в области «пяты» — под человеком. Принятые же и одобренные демонские внушения делаются семенами зла в душе человека и привязывают его органически к власти лукавого».

ПАСТЫРСКАЯ ПСИХИАТРИЯ

Среди всех медицинских специальностей существует одна, которая вплотную может соприкасаться с пастырством. Название ее — психиатрия.

Наверное, не будет преувеличением сказать, что многие священники за годы своего служения встречались у исповедного аналоя или во время иного душепопечительства с ситуациями, когда их духовное чадо обнаруживало некоторые эмоциональные, поведенческие или мыслительные расстройства.

Встречаются и случаи пастырского окормления психически больных. И, наконец, выделяется обширная группа пограничных (на грани здоровья и болезни) психоневрологических нарушений, распространенность которых достаточно велика.

Существуют состояния души, как указывает архимандрит Киприан (Керн), которые трудно определить категориями нравственного богословия и которые не входят в понятия добра и зла.

Эти состояния принадлежат не к аскетической области, но к психопатологической и развиваются от плоти, от естества. Раньше учащиеся духовных школ знакомились с пастырской психиатрией. В настоящее время предмет этот вновь вводится в учебные программы академии и семинарии.

Пастырская психиатрия стремится проникнуть в те сферы душевной жизни, которые не квалифицируются как грех, но «соседствуют» с ним или «подталкивают» болеющего к последнему. Например, тревога (если это симптом) не является грехом, однако может привести к тяжким последствиям ее обладателя. В результате психической болезни душа человека как бы покрывается «дымкой тумана», который нужно рассеять. Такая душа, как правильно заметил один священник, теряет путь к Господу.

Воля человека ослабляется. Пастырские наставления оказываются преждевременными, потому что не могут быть восприняты страждущим адекватно. Лечить такие хвори исключительно аскетическими средствами не всегда оправдано. Здесь будет уместна помощь психиатра. Хорошо, если на приходе окажется православный врач. В таком случае священник может воспользоваться его помощью. Знания по психиатрии самому батюшке тоже сгодятся. Психиатрия в этих ситуациях не противостоит пастырству, но стремится обогатить его некоторыми сведениями. Задача священника — настроить окормляемого на терпение и смирение, помолиться за него. Задача врача — уповая на помощь Божию, лечить душевные расстройства методами современной медицины.

Психиатр-психотерапевт, воздействуя на волю человека, его разум и эмоции, помогает преодолеть болезнь или ее последствия. Он пытается устранить патологические симптомы и синдромы* со стороны центральной нервной системы, такие как депрессия, тревога, астения и др., которые возникли не в виду вражеского искушения, но по причинам биологическим и наследственным. По своем выздоровлении (когда это бывает возможно) человек вновь возвращается в обычное состояние. Он может трезво смотреть на окружающую жизнь и на себя, посещать храм Божий, молиться, работать на благо семьи и общества.

По мере выздоровления больного, «удельный вес» психиатрической помощи будет ослабевать, а духовной — напротив, возрастать. Безусловно, вышеописанное лишь эскизно изображает такую сложную область знаний как пастырская психиатрия.

Священнику в деле духовного окормления психически больных прихожан следует помнить, что у верующего человека болезнь тесно переплетается с его религиозностью. Хотя душа и недугует, но она и верует, и стремится к Создателю. Психические нарушения в этих случаях имеют ряд особенностей. Так, например, во время депрессии у больных часто отмечаются следующие признаки: упорные мысли о богооставленности, отчаяние во спасении, глубокое уныние. Если такое настроение держится более полумесяца и не проходит после молитвы и св. Таинств, то это дает основание предполагать наличие психической болезни, и в этих ситуациях помощь психиатра очень уместна.

Приведу еще пример. В психиатрии есть диагноз, который именуется «религиозная паранойя**». Выставляется он на основании данных, свидетельствующих о специфических расстройствах мышления. Проявления религиозной паранойи разнообразны. В одних случаях это, к примеру, выглядит как отказ от социальных обязанностей (предположим, неофит бросает учебу, работу и т.д.). В других — пренебрежение гигиеной, принятие без благословения непомерных подвигов поста, молитвы и др. Эти состояния отличаются от прелести или духовного заблуждения и неопытности и по ряду других проявлений, ставящих их в одну группу с иными душевными недугами.

Священнику важно разбираться, где грех, а где болезнь. От этого будут зависеть многие особенности душепопечения.

К сожалению, у некоторых священнослужителей сложилось мнение о нецелесообразности психиатрической помощи как таковой. Душевные болезни ими воспринимаются либо как результат воздействия злого духа, либо — как следствие греховного повреждения души. И только.

Опыт показывает, что такого рода пастырские умозаключения не улучшают психическое состояние болящих пасомых. Порой приходится видеть, как некоторые из них мучаются, страдают от болезни, но за версту обходят кабинет психиатра, даже православного.

Понимаю, что отношение к психиатрии особенное. Вспоминаются недавние времена, когда правители государства пытались использовать психиатрию как политический инструмент для подавления инакомыслия. Это было, тут уж ничего не скажешь. Скажу лишь следующее. Два факта, на мой взгляд, бесспорны.

Первый — наличие душевных (психических) заболеваний.

Второй — большинство моих коллег пытаются достойно выполнять

свои профессиональные обязанности.

Кстати сказать, что закон о психиатрии в настоящее время гарантирует религиозные свободы психически больных. Да и сами психиатры меняются. Сегодня среди них становится все больше верующих людей.

Как-то на прием пришла психически больная женщина, которая долгое время не могла принять решение — обращаться ей к психиатру или нет. Это обстоятельство и побудило ее написать письмо старцу-архимандриту Кириллу (Павлову).

Батюшка, со слов женщины, ответил ей так: «Обратиться к психиатру можно, но надо и помолиться, чтобы Господь, если есть на то святая Его воля, через врача исцелил Ваше заболевание».

Мне известно, что и другие опытные духовники благословляли лечение у психиатра.

В завершение этой главы, в качестве иллюстрации к сказанному о пастырской психиатрии, приведу пример из книги Д. Е. Мелихова «Психиатрия и проблема духовной жизни». Автор в одной из глав описывает болезнь Достоевского и опыт его духовного пути. «Очень поучительным для священника примером врожденной наследственной эпилепсии является болезнь Ф. М. Достоевского: гениальный писатель страдал с 15 лет эпилепсией. Это была относительно благоприятная по течению форма смешанной эпилепсии с редкими припадками и эквивалентами, благодаря чему он до конца жизни сохранил творческие способности, хотя и страдал значительными дефектами памяти. Заболевание дало обострение в студенческие годы, а затем в период суда, смертельного приговора, лет каторги и солдатской службы.

Грубой ошибкой являются наивные попытки объяснить болезнью, выводиться из болезни мировоззрение и творчество писателей или общественных деятелей. Ф. М. Достоевский был гениальным писателем «не благодаря, а вопреки» болезни. Будучи писателем автобиографическим, он в своем творчестве показал, в частности, и все многообразие и противоречивость проявлений и переживаний неуравновешенных типов человеческой личности.

В то же время, как верующий человек, вера которого прошла «сквозь все горнила сомнений», он в ряде своих героев отразил и свои попытки осмыслить свою болезнь и опыт борьбы с болезнью... Князь Мышкин и Рогожин в «Идиоте»; ясность, смирение и вера старца Зосимы и бунт Ивана Карамазова; ясность и чистота Алеши Карамазова и глубокое моральное уродство («инфернальность») Федора Карамазова и Смердякова; безудержная власть влечений и аффектов у Дмитрия, сменяющаяся глубоким покаянием, жаждой избавления путем страданий и т. д.... Он признавал себя пленником своей судьбы и болезни и вел с ней борьбу. Двойственность, двойничество — судьба не только его героев, многие из

которых гибнут в борьбе со своими двойниками. Двойничество он сознавал и в себе и к концу жизни подводил итоги своего опыта борьбы с ним...

Но Достоевский до конца своих дней сохранил творческие силы, критическое отношение к болезни, к своему характеру и живое сочувствие к людям. Двойничество было трагедией больного гения и его героев. Но он сохранил, как писал о нем Страхов, «глубокий душевный центр, определяющий все содержание ума и творчества», из которого исходила энергия, оживляющая и преобразующая всю деятельность...

На этом примере можно кратко суммировать отношение самого верующего больного к проявлениям болезни и наметить основные линии поведения священника-душепопечителя с больными эпилепсией. Можно выделить две основные обязанности священника в отношении больных: 1) побудить больного к врачебному обследованию и, в случае необходимости, к систематическому лечению и 2) помочь больному в борьбе с болезнью, в критическом осознании и преодолении своих аномалий характера и поведения. Врач-психиатр может лечить больного в периоды острых психозов, помочь сделать приступы болезни и припадки более редкими и, по возможности, предупредить их рецидивы. Роль духовника особенно важна для этих больных в периоды между припадками, когда они осознают мучительные противоречия полярных состояний подъема и упадка, озарения и дикого гнева, просветления и помрачения сознания, полярных состояний благостного доброжелательства к миру и людям, и мрачного озлобления, раздражения, подозрительности и морализующих поучений...

Поведение священника определяется общей задачей пастырства помочь человеку найти глубину покаяния, восстановить правильное духовное ощущение жизни в душе человека, правильное отношение к своему греху и к своему бессмертному человеческому достоинству, которое подвергается таким драматическим испытаниям у больных, когда двойничество выражено максимально».

Профессор Д. Е. Мелихов указывает в своих работах (в помощь священнику), что поводом для обращения к медицинской компетенции могут явиться следующие психопатологические состояния:

1. Припадки истерические, эпилептические и смешанные.
2. Нарастающее падение работоспособности, утомляемость, прогрессирующее снижение памяти и интеллектуальных способностей.
3. Резкое и прогрессирующее изменение основных черт характера, немотивированное и независимое от внешних условий развитие возбужденности, холодности, злобности, жестокости, тревожности, эмоциональной неустойчивости.
4. Повторяющиеся обманы зрения, слуха, обоняния, тактильные обманы, патологические ощущения в коже, ощущения воздействия

электротоком и т. д.

5. Глубокие и стойкие или часто рецидивирующие состояния депрессии, тоски с безнадежностью, унынием, в особенности с мыслями о самоубийстве, или состояния беспричинной веселости с беспорядочно повышенной активностью, неконтролируемым наплывом мыслей и переоценкой своих возможностей.

6. Неуправляемые насильственные, навязчивые мысли, наплывы беспорядочных мыслей, произвольные остановки и обрывы в ходе логического процесса, ощущения искусственных, «сделанных», внушенных мыслей, возникающих под воздействием электротока, гипноза, радиоволн или бесоодержимости.

7. Яркие и повторяющиеся состояния «озарения», «прозрения», видения, голоса, не вытекающие из прежнего опыта и чуждые общей структуре личности.

8. Непреодолимая власть грубых биологических влечений, «хульных» мыслей, чуждых для основного ядра личности, упорное чувство богооставленности с унынием, отчаянием и с мыслями о самоубийстве.

9. Крайняя гордость, уверенность в правильности своих ошибочных суждений, вопреки очевидной реальности и объективному мнению окружающих (бредовые идеи ревности, изобретательства, реформаторства в гражданской и церковной жизни). Или, наоборот, комплекс приниженности, самоуничижения, как проявление тайной гордости и эгоцентризма.

Для справки

ПСИХИАТРИЯ — медицинская дисциплина, изучающая клинику, диагностику и лечение психических заболеваний.

ПСИХОТЕРАПИЯ — система лечебного и психологического воздействия на психику и через психику на организм больного.

ПСИХОЛОГИЯ — наука о закономерностях развития и функционирования психики, как особой формы жизнедеятельности.

МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ — наука, изучающая психологические особенности людей, страдающих различными заболеваниями и возможности оказания им психологической помощи.

НАРКОЛОГИЯ — медицинская дисциплина, изучающая клинику, диагностику и лечение болезней, вызванных зависимостью от ряда веществ, таких как алкоголь, различные наркотики, табак и др.

НЕВРОЛОГИЯ (невропатология) — медицинская наука, изучающая клинику, диагностику и лечение нервных болезней, таких как последствия травм спинного и головного мозга, болезни периферических нервов, инсульты, остеохондроз и др.

[*] Синдром психических расстройств — совокупность симптомов, характеризующих какой-либо патологический процесс.

[**] Паранойя — вид нарушения мышления бредового характера.

О ПОМОЩИ БОЛЬНЫМ

Помощь психически больным должна быть многообразной. Упоная на милосердие Господне, в ряде случаев надлежит лечиться медикаментозно. Не нужно противопоставлять лечение у врача и духовную помощь. «Дай место врачу, ибо и его создал Господь, и да не удаляется он от тебя, ибо он нужен» (Сир. 38, 12).

Надо и молиться, и лечиться. По возможности, в психиатрических больницах следует формировать православную среду. Крещеных больных с сохранной критикой надо призывать к покаянию. Делать это лучше в периоды между приступами заболевания или во время ремиссии.

Хорошо, если в лечебницах будет больше верующих врачей, медсестер. В таком случае, убежден, те же лекарства будут действовать эффективнее. Страдания больных нужно облегчать не только таблетками и уколами, но и молитвой о здравии сих болящих рабов Божиих. Они очень нуждаются в молитве за них, так как их душевные силы расстроены, ослаблены тяготами болезни. Следует приглашать в клиники священников, служить молебны, распространять православную литературу. Опыт подобной деятельности уже есть.

Приведу еще пример. Вот строки из письма верующего, православного человека, страдающего психическим заболеванием:

«Мне очень помогают молитвы — «Трисвятое», «Отче наш», Иисусова молитва, «Богородице Дево». Когда я читаю молитвы, они как будто сшивают разорванную ткань моего рассудка (между прочим, есть русская сказка про то, как мужик штопал небо). А небо — это разум в человеке. Так что, возможно, мое ощущение, что молитва «сшивает» разум, правильно. Молитва, постоянно повторяемая, восстанавливает здоровый рассудок...

Еще — о бредовых идеях и навязчивых мыслях. Их очень трудно победить «в лоб», но можно в обход. Когда я была в больнице в бредовом состоянии, моя мама исповедовалась и заказала отслужить молебен с водосвятием Божией Матери перед иконою «Скоропослушница», и бред оставил меня.

И опять же, когда находят навязчивые идеи, сколько им ни противоречь,

хотя и видно, что они безумны, отогнать их невозможно. В них какая-то сила от дьявола, они волнуют сердце, действуют не только на ум, но возбуждают и чувство. Но их также можно победить в обход. Я, например, просила помолиться обо мне, и мысли, постоянно вращавшиеся в уме, покинули меня, а это были вопросы, на которые я тщетно искала ответы. Дьявол умеет задавать такие вопросы...

Еще помогает вот что. Надо убрать из дома греховные, соблазнительные предметы, картины, книги. Как говорил кто-то из святых, борющимся с грехом винопития не надо держать в доме винных бутылок...»

В одном из писем, полученных от больных, было написано следующее: «Я бы назвал душевную болезнь (имеется в виду одна из форм психозов — авт.) спасительной прелестью. Но если «обычная» прелесть губительна, так как является грехом, то психическая болезнь может быть спасительна, ибо не дает возможности совершить сознательных грехов. И если даже людской суд прощает душевно больных, признавая их невменяемыми, что уж тут говорить о Суде Божиим».

Еще одно письмо: «Я состою на учете по психическому заболеванию уже 15 лет, но началось все намного раньше, когда мне было 14 лет. Я принимаю свою болезнь, как крест от Господа. Это мой путь к Богу. Как долго я шла к нему, пока не осознала это. Благодарю Бога за все и слава Богу за все. Н., 43 года.» Помоги, Господи, страждущим психическими недугами рабам Твоим!

Памятка для родственников психически больных (психозы)

1. Не ищите психологических причин, оправдывающих поведение и самочувствие больных. Их недуг развивается по другим механизмам и мало связан с ситуационными факторами.

2. Запомните, что бред — это болезненное, ложное умозаключение, не поддающееся переубеждению.

3. Учитесь улавливать предвестники ухудшения психического состояния больных (например: стойкая бессонница, агрессия, усиление замкнутости и др.).

4. Не меняйте без особых причин лечащего врача. Стремитесь к тому, чтобы больной регулярно встречался с психиатром.

5. В периоды возможных ухудшений психического состояния обязательно информируйте духовника (если он есть) или приходского

священника и решите с ним вопросы духовного окормления болящего (дома или в стационаре).

6. Усиьте молитву за болящего. Подавайте их имена для поминовения на Божественную Литургию, молебны. Окружайте больных святынями.

7. Помните, что от Господа равную мзду иметь будут — болящий, терпя скорби безропотно, и усердно служащий ему.

Претерпевый же до конца, той спасен будет (Мф. 10, 22)

Передо мной психически больной молодой человек. На прием его привело не ухудшение самочувствия, но желание быть выслушанным, утешенным. Он страдает такой формой психоза, при которой личность остается относительно сохранной. Болезнь как бы проходит на его глазах. Усталым голосом он произнес: «Доктор, мне иногда кажется, что Господь оставил меня, что моя жизнь бесполезна, бесцельна. Я обуза для старенькой мамы, у меня нет работы, пенсии не хватает даже на то, чтобы свести «концы с концами»...

Трудный был у нас разговор. Молодому человеку очень тяжело. Он нуждается в помощи. И, конечно, Господь не забыл о нем. На все воля Божия. Надо только верить в то, что от Всеблагого Господа нам все подается во спасение. Не надо поддаваться унынию. Пред Богом важны не должности и успехи, а вера, смирение, безропотное несение своего креста.

Протоиерей Владимир Воробьев по этому поводу пишет: «Священник должен объяснить человеку, что болезнь душевная — это не позор. Это вовсе не какое-то вычеркнутое из жизни состояние. Это крест. Такой человек чего-то не может делать так, как делают здоровые люди.

Но он может смиряться и должен смиряться. Он многого не понимает, но должен слушаться. И если такому больному удастся объяснить, что он должен смиряться, тогда все в порядке. Он обязательно реабилитируется и сможет жить в Церкви благополучно. Для него не закрыто ни Царство Божие, ни жизнь благодатная... часто говорят: «А почему вы благословляете пить таблетки? Разве от душевного заболевания можно лечить таблетками? Я вот пришла в Церковь, прошу благодати Божией, хочу, чтобы Бог исцелил мою больную душу. А почему вы посылаете к врачам? Что, благодать Божия не действует?»

Благодать Божия действует, и любого, даже самого больного человека Бог может в одно мгновение исцелить от любой болезни. Хромого может сделать

целым, слепого может сделать зрячим, а психически больного может сделать здоровым. Это безусловно. Но почему же Господь не делает этого? Вот ты хромой и хромай всю жизнь. Почему? А потому, что Господь тебя смиряет таким образом, потому, что Богом положен на тебя такой крест. А может быть, ты сам себе этот крест когда-то выбрал.

Надо смиряться. Вот тебе не дано видеть двумя глазами, а только одним. А ты будешь глухой... Точно так же с любой другой болезнью, и с психической тоже. Господь может тебя исцелить. Но сегодня или, может быть, всю жизнь Он хочет, чтобы ты обращался за помощью к врачу. Это вовсе не значит, что тебе не надо причащаться и что это тебе вместо Причастия...

Духовная жизнь только тогда возможна, когда человек согласится признать истинное положение вещей и смирится, согласится жить с тем крестом, который Господь дал ему».

А вот как поучают нас святые отцы. Св. праведный Иоанн Кронштадтский говорил: «Величайшее, постоянное заблуждение нашего сердца, с которым нам нужно бороться непрерывно — во всю жизнь, это — тайный помысл его, будто мы можем быть без Бога и вне Бога где-нибудь, когда-нибудь хотя бы на одно мгновение».

Св. преподобный Никодим Святогорец наставляет нас так: «Больной ли ты или бедный, терпи. Ничего, кроме терпения, Бог от тебя не требует. Терпя благодушно, ты будешь находиться непрерывно в добром деле. Когда ни воззрит на тебя Бог, будет видеть, что ты делаешь добро или пребываешь в добре, если благодушно терпишь, тогда как у здорового дела добрые идут с промежутками. Почему, желая перемены своего положения, ты желаешь променять лучшее на худшее?»

Святитель Игнатий (Брянчанинов) писал, утешая в скорби по поводу умопомешательства: «О случившемся искушении Вам не должно скорбеть, но отдаваться на волю Божию, которая спасает всех спасаемых многоразличными скорбями. Попущенное умопомешательство Д. попущено ей на пользу, да дух ее спасется. Предоставьте ее Богу. Относительно всего, что она ни говорила и ни делала в своем припадке, Вам не обращать никакого внимания, и не должно принимать к сердцу никаких ее слов и дел, потому что все производилось и делалось ею вне рассудка...

Бог да утешит Вас в постигшей скорби. Влас главы нашей не падает без воли Его! Иначе взирает мир на приключения с человеками, и иначе Бог. Видим, что св. Нифонт Епископ четыре года страдал умоисступлением, свв. Исаакий и Никита (который был впоследствии святителем Новгорода) долго страдали умоповреждением. Некоторый св. пустынножитель — упоминает об этом событии Сульпиций, писатель 4-го века, в рассказе Пустоминиана, путешествовавшего по монастырям Востока, — творивший множество

знамений и заметивший от этого возникшую в себе гордость, молил Бога, чтоб для уничтожения славы человеческой попущено было ему умоповреждение и явное беснование, которые и попустил Господь смиренномудрому рабу Своему. Веруем, что без воли Божией не может к нам приблизиться никакая скорбь; всякую скорбь, как приходящую от руки Божией, приемлем с благоговейною покорностью воле Божией, с благодарением, славословием всеблагото Бога, непостижимого в путях Его, дивного во всех делах Его».

Традиционно принято считать, что большинство психотической патологии малоизлечимо. Особенно это относится к тяжелым психозам, дегенеративно-дистрофическим заболеваниям коры головного мозга, врожденным формам умственной неполноценности и т. д. Но милость Божия по вере людей являет нам чудеса, и законы естества отступают. Приведу лишь один пример.

Воспользуюсь очень ярким примером, который описан в небольшой книжечке с названием «Когда болеют дети». Ее автор — врач и священник о. Алексей Грачев. «Два с половиной года назад ко мне на исповедь пришла больная девочка лет двенадцати из детского дома. Она не могла связать двух слов, крутилась, как волчок, ее ненормальный взгляд, постоянные гримасы, весь вид ее говорил о «неполноценности». И вот она стала исповедоваться и причащаться каждое воскресенье.

Через год у нее появилась потребность откровения помыслов (кто молится и часто исповедуется, тот знает, что это такое). Девочка стала вести такую внимательную духовную жизнь, о которой не подозревают даже те люди, которые считают себя глубоко верующими и церковными. Она стала молиться Иисусовой молитвой («Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешную»), бороться с прилогами, прощать обиды, терпеть все. В течение нескольких месяцев она научилась читать и писать, прошли все признаки дебильности, на лице изобразилась печать духовности. Во всем, что она говорила и делала, было чувство и рассуждение...» Подобные примеры не единичны, их множество.

Выписка из книги протоиерея Илии Четверухина и Евгении Четверухиной «Иеросхимонах Алексей, старец Смоленской Зосимовой пустыни»:

«Интересен рассказ одной толмачевской прихожанки Е. И. Шульгиной, второй сын которой родился глухонемым. Она очень тяжело переживала это горе, временами доходила до отчаяния. По совету Е. Л. Четверухиной она поехала в Зосимову пустынь. Е. И. все рассказала старцу и стала просить его помолиться о сыне, о его исцелении. Батюшка решительно отказался. «Ты должна радоваться, ты счастлива, — говорил ей старец, — что в наше горькое время твой сын не скажет и не услышит ничего дурного. А молиться

о сыне твоём надо так: «Господи, если нужно для славы имени Твоего, чтобы сын мой говорил, то дай ему это, если же нет на то Твоей святой воли, то пусть он останется глухонемым».

Этот ответ батюшка произнес таким твердым и решительным голосом, что Е. И. ничего не могла возразить. И даже, наоборот, она не только перестала вдруг печалиться и тосковать, но вышла от старца вполне успокоенной и с тех пор совершенно покорилась воле Божией».

Страсти

Те, которые Христовы, распяли плоть
со страстьми и похотьми.
(Гал. 5, 24)

Душа человеческая постоянно подвергается воздействию прилогов, навязываемых ей темной силой, — греховных мыслей и пожеланий. Борьба с «прилогами» не так трудна: здесь как бы смахнул комара, и нет его. Но если появилось уже «сочетание» и если комар успел впустить свое жало и задел самое сердце, то от человека требуется уже некоторое духовное усилие при противодействии искушению. Еще опаснее «пленение». Последнее, по определению св. отцов, является насильственным отведением сердца в плен, удержание в нем и слияние будто в одну жизнь с предметом пленившим.

В том случае, если пленение становится долговременным или часто повторяющимся, хроническим, то душа будет в состоянии страсти. Отсюда существуют следующие ступени, по которым грех входит в нас:

Образ — прилог,
интерес — сочетание,
влечение — пленение, страсть.

Источник происхождения страстей — темная сила. Страсти — суть демоны. Страсть горяча, смутна, необдуманна, зла, стремительна.

Подпадая демоническому влечению, человек претерпевает поражение своей богоподобной свободы и отпадает от Божественной жизни.

Когда какой-либо страстный помысл или образ утвердится в душе, тогда человек становится в той или иной мере одержим (различной степени, напряжения и силы).

Итак, страсти — суть болезни, язвы души демонического происхождения, которые, при сильном развитии их, ведут душу к духовной смерти. В состоянии страсти человек находится как бы в состоянии

душевного опьянения.

Святые отцы называют восемь главных страстей: чревоугодие, блуд, печаль, уныние, гнев, тщеславие, гордость и сребролюбие.

Чревоугодие и блуд — извращение потребностей тела.

Мирская печаль оскорбляет Духа Святого, помрачает разум и препятствует молитве. Ни в коем случае не унывайте. Уныние — это палач. Спасительная печаль только о содеянном грехе. Преподобный Серафим Саровский дивеевским сестрам велел более всего бояться уныния и от него бегать, как от огня. Нет ничего пагубнее уныния.

Гнев — это пожар души, по выражению святых отцов.

Душа не сознает во время приступа гнева, что во всем происшедшем надо видеть волю Господню, всегда благую и совершенную.

В борьбе с гневом хорошо: первое — молчание, второе — удаляться от возбуждающего гнев, третье — просить прощения, четвертое — внутренне взывать к Господу о умиротворении сердца.

На того имеешь право гневаться, кто хочет отлучить тебя от Бога.

Начальная стадия гнева — это раздражение, на которое так мало обращаем внимания. Однако оно непростительно, т. к. в это время мы находимся во власти темной силы.

Самой губительной и ненавистной для Бога страстью является гордость — возведение самого себя в кумиры, почитание себя выше других, обольщение собою, своими достоинствами, способностями, умом и т. п.

Гордость, коль скоро овладевает бедной душой, то, как свирепый тиран, весь город до основания разоряет. С гордостью связана страсть тщеславия.

Как лечить страсти?

Каждое сопротивление страсти ослабляет ее, увлечение страстью усиливает ее.

Наиболее совершенно страсти побеждаются очищением сердца путем усиленных молитв и подвигов. Надо развивать противоположные страстям добродетели. Например, если развить смирение, угаснет гордость, если будет господствовать радость, то не будет места печали.

Исцеление от страстей требует многолетней борьбы. Один из великих подвижников говорит: «Мне потребовалось пятнадцать лет, чтобы победить гнев».

Схиигумен Савва (Остапенко)

Неврозы

Пограничные нервно-психические расстройства, среди которых значительное место занимают неврозы, прочно удерживают лидирующее положение в обширной группе психических заболеваний. По данным Всемирной организации здравоохранения, около 10% населения индустриально развитых стран больны неврозами и за последние 65 лет их число выросло в 24 раза. Заболеваемость неврозами в России составляет 20—25 человек на 1000 населения. Это только учтенная заболеваемость и, скорее, ее можно рассматривать как вершину айсберга.

Неврозы, как эпидемия, распространяются повсеместно. Известно, что от 30 до 65% посетителей у общепрактикующих врачей — это люди с выраженной невротической симптоматикой. В среде специалистов, изучающих эту патологию, бытует грустная шутка: вместо вопроса, страдает ли человек неврозом, надо задавать вопрос, каким именно видом невроза он страдает.

В последнее десятилетие проблемы, связанные с происхождением неврозов, стали подвергаться активному пересмотру. Отношение к этому заболеванию как к легкой психической дисфункции в значительной степени изменяется. Принцип функциональности (легкой обратимости) не подтверждается современной клинической практикой. По опубликованным в печати данным, выздоровление при неврозах наступает менее чем у 40—50% заболевших. Установлено, что в первые три года заболевания выздоравливают лишь 10% больных. Часто страдания длятся годами и даже десятилетиями.

Согласно определению, принятому в нашей стране, невроз — психогенное (возникающее на нервной почве) нервно-психическое расстройство, которое формируется в результате нарушения особо значимых жизненных отношений человека. Проще говоря, невроз развивается тогда, когда человек в силу различных обстоятельств не может найти подходящего выхода из сложного положения, разрешить психологически значимую ситуацию или перенести какую-то трагедию.

Симптомы невротического срыва общеизвестны: снижение настроения, раздражительность, бессонница, чувство внутреннего дискомфорта, вялость, апатия, ухудшение аппетита. Могут появляться навязчивости, вспышки агрессивности, злобность и т. п. Вся эта симптоматика сопровождается общим недомоганием, неприятными телесными ощущениями, вегетативными нарушениями. Проявления неврозов обобщенно могут быть именованы как устойчивая потеря душевного мира. При неврозе человек сохраняет ясную критику, тяготится своим состоянием, но ничего не может с собой поделать.

Вместе с тем существуют и состояния, по клинике напоминающие

неврозы, но развивающиеся по иному механизму. Они определяются как неврозоподобные и возникают при многих соматических заболеваниях, инфекционных процессах, при атеросклерозе сосудов головного мозга и других патологических процессах. Кроме того, неврозоподобная клиническая картина может часто встречаться у людей с дурным характером или существенными недостатками воспитания.

Термин «невроз» прочно вошел в нашу жизнь и неизвестен разве что младенцу. Выделяют школьные и пенсионные неврозы, неврозы достижения и одиночества, соматогенные и экологические, а также многие иные разновидности этого недуга. Особую группу составляют так называемые ноогенные неврозы, связанные с утратой или отсутствием у человека смысла жизни, ценностными конфликтами. Существуют данные о том, что примерно каждый пятый невротический случай имеет ноогенную основу, в действительности же представляется, что едва ли не каждый невроз имеет духовные корни. Впрочем, обо всем по порядку.

Впервые понятие «невроз» было предложено в 1776 году шотландским врачом Кулленом, и с тех пор дискуссии о сущности этого заболевания, корнях его возникновения и механизмах формирования не перестали быть менее животрепещущими. Однако это, конечно, не означает, что до Куллена неврозов вообще не существовало; их появление, как и появление болезней вообще, произошло вследствие грехопадения человека. Описание неврозов встречается уже в древнейших письменных источниках человечества. Так, в папирусах Кахун (ок. 1900 г. до Р. Х.) и Эберса (ок. 1700 г. до Р. Х.) содержатся данные о болезненных состояниях женщин, которые очень напоминают клинику истерического невроза.

Сегодня трудно найти другое понятие в медицине, трактуемое различными научными школами столь многозначно и даже противоречиво. Невротические реакции, которые могут возникать у человека вслед за тяжелыми потрясениями, конфликтами, соматическими заболеваниями или жизненными неурядицами, весьма разнообразны. Симптомы их накладываются на личность человека, особенности его характера — отсюда и полярность взглядов на эту проблему.

Причем на острие научных дискуссий находятся не только вопросы систематики неврозов, а и само существование их как нозологической (болезненной) формы. Крайняя точка зрения некоторых психиатров выглядит примерно так: невроз — это нормальное поведение в ненормальном обществе.

Другие мнения могут быть представлены следующим образом: мозговая дисфункция; вытеснение в бессознательное внутреннего конфликта; бескомпромиссность установок и догматический строй мышления; неумение прогнозировать конфликт и готовиться к нему; неверные стереотипы поведения; неудовлетворение потребности в

самоактуализации и т. д.

Одни исследователи относят истоки неврозов к особенностям мышления человека, другие — к патологии эмоций, третьи — к нарушению процесса самопознания, четвертые — к психологической незрелости и инфантильности. Есть и такие авторы, которые склонны думать, что невроз — наследственное заболевание.

А вот еще одна точка зрения: М. М. Хананашвили говорит о неврозе как о заболевании, обусловленном избытком информации. В своей книге «Информационные неврозы» он приводит следующие подтверждения своим взглядам: «...подсчитано, что в экономически развитых странах к 1970 году каждый человек в среднем совершал в течение одного года поездки на большие расстояния, встречался с большим количеством людей, получал больше информации, чем человек к 1900 году в течение всей его жизни... Около 25% населения земного шара подвержено влиянию резко возросших информационных перегрузок...» Риск развития заболевания этот исследователь видит в длительном выполнении большого объема работ в условиях дефицита времени и высокого уровня мотивации (побуждения).

Академик П. В. Симонов, напротив, характеризует невроз как болезнь недостатка информации. Так, по мнению этого ученого, утверждения которого представляются также обоснованными и логичными, ярость, к примеру, компенсирует недостаток сведений, необходимых для организации адекватного поведения, страх — недостаток сведений для организации защиты, горе возникает в условиях острейшего дефицита сведений о возможности компенсации утраты и т. д.

Некоторыми авторами высказывалось мнение о том, что невротики страдают из-за неспособности любить.

Следует подчеркнуть, что каждое психологическое направление только тогда делалось состоятельным в глазах коллег, когда его представителям удавалось аргументированно и по-новому заявить о взглядах на проблему невроза.

Итак, точек зрения много, но ясности нет, наука запуталась. Произошло это, по нашему мнению, оттого, что невротическая патология, помимо всего прочего, имеет духовную основу, о которой в отечественной психиатрии не упоминалось на протяжении последних нескольких десятилетий. Безудержный рост неврозов в двадцатом веке порожден не только стрессами и научно-техническим прогрессом с его информационными перегрузками (на что неоднократно указывали исследователи), но прежде всего «прогрессом» общечеловеческого грехопадения.

Во все времена истории человечества были войны, различные природные бедствия, наводнения, засухи, смерчи. И трудно сопоставить,

скажем, в какой степени нынешнее время тревожнее и беспокойнее, например, эпохи царствования Ивана Грозного. Почему же проблема неврозов стала столь острой лишь в последние времена? Причина, думается, одна — в нарастающем безверии, в потере человечеством духовного фундамента, а с ним и истинного смысла жизни.

Оказывается, что главное в происхождении невроза не стрессы и неприятности, а личность человека. Причем личность внутренне расстроенная.

Грех, как корень всякого зла, влечет за собой невротические расстройства. Совершаясь в глубине человеческого духа, он возбуждает страсти, дезорганизует волю, выводит из-под контроля сознания эмоции и воображение. По словам святителя Феофана, «внутренний мир человека-грешника исполнен самоуправства, беспорядка и разрушения». Глубокий невроз — показатель нравственного нездоровья, духовно-душевного разлада.

Святитель Феофан Затворник указывает и на то, что «естественное отношение составных частей человека должно быть — по закону подчинения меньшего большему, слабейшего сильнейшему; тело должно подчиняться душе, душа духу, а дух же по свойству своему должен быть погружен в Бога. В Боге должен пребывать человек всем своим существом и сознанием. При сем сила духа над душою зависит от соприсущего ему Божества, сила души над телом — от обладающего ею духа. По отпадении от Бога произошло, и должно было произойти, смятение во всем составе человека: дух, отделившись от Бога, потерял свою силу и подчинился душе, душа, не возвышаемая духом, подчинилась телу».

Профессор Д. Е. Мелихов полагает, что в основе многих психических расстройств лежит несмирение. Невроз в этом смысле не является исключением. Общепризнанно, что заболевание это развивается ввиду конфликта личности с собой (интрапсихический конфликт) или с другими людьми (интерпсихический конфликт). Невроз есть столкновение между желаемым и действительным. Чем мощнее это столкновение, тем острее протекает заболевание. «Вера же есть смирение», — говорит святой Варсонофий Великий.

Как-то во время приема женщина, страдающая одной из форм невроза, эмоционально и многократно повторяла: «Доктор, я устала болеть и хочу вылечиться любой ценой. К тому же я не понимаю, о каком столкновении желаемого и действительного вы говорили». На эти слова пациентки я ответил ей примерно следующее: «Господь ведаёт о вашей скорби, и если не спешит поменять имеющееся положение вещей, то, стало быть, и нет пока Его святой воли вот так враз вас исцелить. Когда, к примеру, со святыми случались неприятности, болезни или скорби, то они благодарили за то Бога и говорили: «По грехам своим приемлю». А что получается в нашем случае? «Хочу исцеления любой ценой». Вот в этом и столкновение между

желаемым и действительным. Лечиться, конечно, можно и нужно, но очень важно смириться с постигшими вас болезненными обстоятельствами, считать себя достойной их и принять с благодарением. Господь о вас не забудет и выше сил потерпеть не даст. В этом нас уверяет и святой апостол Павел: «Верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемым сверх сил, но при искушении даст и облегчение». Посему успокойтесь и не отчаивайтесь. Невроз — болезнь духовная. Смиритесь, и все пройдет».

О том, какую радость приносит человеку смирение, читаем в жизнеописании святителя Игнатия (Брянчанинова): «Беспрекословное послушание и глубокое смирение отличали поведение послушника Брянчанинова в монастыре. Первое послушание было назначено ему при поварне. Поваром был бывший крепостной человек Александра Семеновича Брянчанинова (отца). В самый день вступления в поварню случилось, что нужно было идти в амбар за мукой. Повар сказал ему: «Ну-ка, брат, пойдём за мукой!» — и бросил ему мучной мешок, так что его всего обдало белой пылью. Новый послушник взял мешок и пошел. В амбаре, растянувши мешок обеими руками и по приказанию повара прихватив зубами, чтобы удобнее было всыпать муку, он ощутил в сердце новое, странное духовное движение, какого еще не испытывал никогда: собственное смиренное поведение, полное забвение своего «я» так усладили его тогда, что он во всю жизнь поминал этот случай».

Большинство современных исследователей сходятся во мнении, что невроз — болезнь личности. Человек заболевает неврозом не вдруг, у этого недуга есть свой период предболезни. Можно нарисовать своеобразный портрет «потенциального» невротика, вернее, это будет целая галерея типов, каждый из которых имеет склонность к переходу потенциальных, скрытых болезненных сил в реальные. Одной из отличительных особенностей таких людей является стиль мышления, носящий характер бескомпромиссности; в их оценках сквозит выраженная категоричность, многое из происходящего не имеет для них оттенков и строится на контрасте: плохо — хорошо.

Невроз чаще возникает в результате внутренних личностных процессов. Внешние провоцирующие факторы и обстоятельства представляют собой лишь последнюю каплю, пусковой механизм развития невротических нарушений. У человека, склонного к этому недугу, вырабатывается своеобразная «способность» нервозно реагировать на жизнь. Одни причины для переживаний (конфликты, стрессы) со временем уходят, становятся неактуальными, но вскоре их место занимают другие, и недуг возобновляется.

В течении болезни выделяют невротическую реакцию, острый и затяжной неврозы и невротическое развитие. Предложенная схема позволяет видеть и анализировать возможность перехода одного типа течения в другой (реакция — невроз — развитие). Больные с диагнозом «невротическое

развитие» являются практически нетрудоспособными, и их часто переводят на инвалидность.

Неврозы справедливо называют запущенной формой страстей (имеется в виду страсть в святоотеческом понимании этого слова, как греховное расположение души). В глубинной основе разнообразной невротической симптоматики лежит оскудение любви в сердце человека, а там, где нет любви, зреют равнодушие, неприязнь, нетерпимость, раздражительность, гневливость, завистливость, страх и др. Один пациент, страдающий затяжной формой невроза, признался: «Меня губит зависть. Как увижу, что у соседа или знакомого что-нибудь лучшее, так и места себе не могу найти, словно сгораю изнутри».

Многие невротики говорят о душевном бесчувствии, каком-то внутреннем холоде. Преподобный Серафим Саровский поучал: «Бог есть огонь, согревающий и разжигающий сердца и утробы. Итак, если мы ощущаем в сердцах своих хлад, который от диавола, ибо диавол хладен, то призовем Господа, и Он, пришед, согреет наше сердце совершенною любовию не только к Нему, но и к ближнему. И от лица теплоты изгонится хлад доброненавистника».

Особенно следует сказать о разного рода страхах (фобиях), которые возникают в связи с увлечением оккультной практикой. Думается, что эти страхи сообщают человеку о том бедственном, греховном положении его души, в котором она пребывает. К великому сожалению, в настоящее время очень многие стали жертвами оккультизма.

В качестве примера приведем следующий случай. На прием обратилась Н., 38-ми лет. В юности она встречалась с молодым человеком и хотела выйти за него замуж, однако неожиданно он женился на другой. Н. очень переживала, много плакала и по совету подруг решила «приворожить» жениха. Ей предложили подробную «инструкцию», в которой значились даже заупокойные молитвы. Вскоре после выполнения колдовских действий Н. ощутила жуткий страх и давящее чувство тревоги, но несмотря на это она неоднократно прибегала к тем же оккультным ритуалам. В течение всех этих почти двадцати лет Н. лечилась по поводу фобического невроза у психиатров и психотерапевтов; лечение приносило лишь незначительное облегчение. Размышления о содеянном привели ее к мысли о необходимости покаяния и обращения к Богу. После первой в жизни исповеди она почувствовала уже забытые покой и радость на душе.

Другим мощным психотравмирующим и неврогенным фактором выступает тяжелая болезнь. К сожалению, по-христиански болеть умеют далеко не все. Адекватная, мужественная реакция на недуги встречается редко, гораздо чаще у людей в таких ситуациях возникают невротические реакции. Так, профессор В. П. Зайцев выделяет пять типов подобных реакций на инфаркт миокарда, среди них:

— кардиофобическая реакция: больные боятся «за сердце», испытывают страх перед повторным инфарктом миокарда и внезапной смертью; они чрезмерно осторожны, особенно при попытках расширения режима физической активности; усиление страха сопровождается дрожью в теле, слабостью, побледнением кожи, сердцебиением;

— депрессивная реакция: в психическом состоянии доминируют угнетенное, подавленное состояние, апатия, безнадежность;

— ипохондрическая реакция: главной ее особенностью является постоянная и явная переоценка тяжести своего состояния, чрезмерная фиксация на состоянии собственного здоровья;

— истерическая реакция: для нее характерны эгоцентризм, демонстративность, стремление привлечь к себе внимание окружающих, вызвать сочувствие;

— анозогнозическая реакция: отмечается отрицание болезни с игнорированием лечебных рекомендаций и грубыми нарушениями режима.

У всякой болезни есть духовные корни, но распознать их подчас бывает невозможно, невроз же выделяется из числа остальных психических и соматических заболеваний тем, что является своего рода чутким нравственным барометром. Его связь с духовной сферой очевидна, и возникновение этого недуга вследствие душевных терзаний и угрызений совести может быть стремительным. Однако грех лишь создает духовную почву для возникновения невроза, развитие же невротических проявлений зависит от особенностей характера, условий жизни и воспитания, нейрофизиологических предпосылок, а также различных стрессов и других обстоятельств, многие из которых трудно учесть.

Все в одну схему не уложить, жизнь гораздо сложнее. У одного человека формируется невроз, а у другого реакция ограничивается потрясением, но болезни не возникает. Глубинная сущность неврозов — тайна, известная только Господу.

Сложности, связанные с поиском причин возникновения неврозов, во многом обусловлены тем, что большинство ученых и практиков пытались и пытаются решить эту сложную проблему самостоятельно, без помощи Божией, без веры Христовой. Причем духовность пациента либо подменяется образованностью, эрудицией, либо совсем не принимается во внимание, отрицается, хотя многие последствия духовного повреждения у человека, страдающего неврозом, обнаружены, на наш взгляд, верно. Но говоря о патологии процесса самопознания, «невротическом» строе мышления и особенностях эмоциональной сферы, необходимо понимать, что прежде эти же качества расстроились на духовном уровне, а уже затем отразились в душевной жизни человека.

Все сказанное выше относится не только к неврозам, но и к широкой группе нарушений, составляющих так называемую «малую» психиатрию (акцентуации, то есть предболезненные нарушения характера, приобретенные психопатии и др.).

Надо заметить, что клиника невротических расстройств за последние 10—15 лет существенно изменилась. Она стала более сложной, запутанной (как, впрочем, и души обращающихся за помощью людей), а течение недуга — более затяжным. Постоянно растет непонимание между людьми, даже самыми близкими; достучаться до ума и сердца пациента становится, на наш взгляд, все труднее и труднее. И это не только наше наблюдение, но и мнение многих коллег по работе.

Невроз (особенно некоторые его формы: упорные навязчивые состояния, стойкие страхи) может быть также следствием дьявольского ополчения. Иначе как можно, к примеру, расценить непреодолимое желание мыть руки до нескольких десятков раз перед едой или пересчитывать пуговицы на пальто у встречающихся прохожих и т. п.? При этом больные ужасно страдают, мучаются от своих состояний, тяготятся ими, но ничего с собой поделать не могут. Кстати, сам медицинский термин «обсессия», обозначающий навязчивые явления, переводится как одержимость. Епископ Варнава (Беляев) пишет; «Мудрецы мира сего, не признающие существования бесов, не могут объяснить происхождение и действие навязчивых идей. Но христианин, сталкивающийся с темными силами непосредственно и постоянно ведущий с ними борьбу, иногда даже видимую, может им дать ясное доказательство бытия бесов. Внезапно появившиеся помыслы, как буря, обрушиваются на спасающегося и не дают ему ни минуты покоя. Но положим, что мы имеем дело с опытным подвижником. Он вооружается сильной и крепкой Иисусовой молитвой. И начинается и идет борьба, которой не предвидится конца.

Человек ясно сознает, где его собственные мысли, а где всеваемые в него чужие. Но весь эффект впереди. Вражеские помыслы часто уверяют, что если человек не уступит и не соизволит им, то они не отстанут. Он не уступает и продолжает молить Бога о помощи. И вот в тот момент, когда человеку кажется, что действительно, может быть, борьба эта бесконечна, и когда он уже перестает верить, что есть же такое состояние, когда люди живут спокойно и без таких мысленных мучений, в это самое время помыслы сразу пропадают, вдруг, внезапно... Это значит — пришла благодать, и бесы отступили. В душу человека проливаются свет, мир, тишина, ясность, чистота (ср. Мк. 4, 37—40)».

В заключение хочется подчеркнуть, что человек, страдающий неврозом, не лучше и не хуже остальных; его заболевание — лишь частный случай последствия греха. Человеческая природа повреждена грехом со времен наших прародителей, посему всем нам надлежит, уповая на помощь и

милосердие Господне, каяться и исправляться.

Факты вопиют

Наша действительность отнюдь не способствует психическому здоровью людей. Социальная напряженность в обществе очень высока. С другой стороны, налицо нравственный кризис. Многие люди оказались в состоянии духовного вакуума. Немало и тех, которые, не имея в сердце веры Христовой, становятся на путь греха. А греховная жизнь никогда и никому не давала душевного мира, радости и спокойствия.

Бывают, конечно, случаи психологических срывов и у православных христиан, ибо в мире нет человека, свободного от греха, но православные молятся ко Господу о помиловании, прибегают к врачующим душу таинствам исповеди и причащения, и милосердный Господь принимает кающихся, врачует сердца и дарует душевный мир.

Если же человек не имеет твердых нравственных убеждений, если он не огражден от этого демонического «шторма» церковной оградой, то риск психически заболеть повышается многократно, что и подтверждают факты, так как известно, что в России число душевнобольных постоянно увеличивается.

О неблагополучии нашего общества свидетельствуют следующие факты. Уровень общей преступности с 1987 по 1996 год увеличился в 2,2 раза. Число браков к 1996 году уменьшилось на 17%, а разводов — выросло на 21%. Количество детей, рожденных вне брака, увеличилось на 76%. С 1985 по 1995 год число самоубийств выросло на 79%.

Особую тревогу вызывает душевное и духовное здоровье подрастающего поколения. Размытые духовные ориентиры в обществе, тяжелые социальные условия нелегким бременем легли на неокрепшие детские души.

Немало семей можно назвать неблагополучными, родители часто злоупотребляют спиртным, причем нередко матери-алкоголички. Половина 13-летних девочек и мальчиков употребляют алкоголь. Возраст приобщения к курению снизился до 10 лет у мальчиков и до 12-ти у девочек. Никого не удивишь сегодня тем, что школьники сплошь и рядом вступают в половые связи. Каждый 10-й аборт делает девочка-подросток. Среди молодежи набирает обороты наркомания. Венерические заболевания у подростков, детская проституция, увы, печальные приметы нашего времени.

По данным МВД РФ, на начало 1995 года в нашей стране насчитывалось 50 тысяч беспризорных детей, 620 тысяч подростков стояли на учете в милиции. Появились подростки — серийные убийцы. Таких случаев практически не знала прежде судебная психиатрия, можно заключить, какой чудовищный уровень агрессии в обществе они

отображают.

Испытания для детей начинаются уже с младенческого возраста. Вот строки из письма одной молодой мамы: «У детей украли детство. «Благодаря» телевидению и средствам массовой информации маленькие дети уже знают, что такое секс и как и с кем им можно заниматься. Когда они подрастут, смогут ли понять, что такое любовь? Посмотрите, какие мультфильмы показывают детям. Одно название чего стоит — «Чокнутый», «Звездные войны» и прочее такое. Фильмы безнравственные и невежественные. Недавно показали мультфильм «Все попадают в рай». Суть этого фильма: не надо работать, надо играть в азартные игры до тех пор, пока не выиграешь, а культурный досуг — это девочки из кабаре. У нас что, сознательно калечат детей? А какие игрушки продают: ниндзи, пришельцы из космоса, роботы и т. д. Для чего? Что эти игрушки несут детям?» Увы, подобных писем авторы этих строк получают немало, и в каждом — боль и скорбь родителей по поводу происходящего вокруг.

Представляет интерес исследование, проведенное департаментами полиции и народного образования в г. Фуллертоне, штат Калифорния (США), в марте 1988. Вот его данные: Основные проблемы в школе в 1940 г.

- | | | | | |
|--------------------|---------------|-----------|-------|-----------|
| 1. Ученики | разговаривают | во | время | уроков |
| 2. Жуют | | | | жвачку |
| 3. Шумят | | | | |
| 4. Бегают | | по | | коридорам |
| 5. Не | | соблюдают | | очереди |
| 6. Одеваются | не | | по | правилам |
| 7. Сорят в классах | | | | |

Основные проблемы в школе в 1988 г.

- | | | | | |
|------------------|--|--|--|------------|
| 1. Употребление | | | | наркотиков |
| 2. Употребление | | | | алкоголя |
| 3. Беременности | | | | |
| 4. Самоубийства | | | | |
| 5. Изнасилования | | | | |
| 6. Ограбления | | | | |
| 7. Избиения | | | | |

Комментарии, как говорится, излишни. Следует особо подчеркнуть, что эти страшные метаморфозы произошли за неполные 50 лет, во время усиленного развития в США материализма. Думается, это закономерный результат для любого общества, базирующегося на материалистических идеях. Проамериканский образ жизни вот уже десяток лет навязывается и нам, и нашим детям. К чему это приведет? Напрашивается неутешительный прогноз.

Программа наших телепередач пестрит чудовищными названиями, за

которыми стоят насилие и разврат. Повсюду в средствах массовой информации демонстрируются обнаженные тела. В школах сектанты всех мастей ведут работу, направленную на подрыв духовных ценностей нации. Дух стяжательства, поклонения доллару, изменение пола, генная инженерия, виртуальная реальность и эвтаназия, сатанизм, детская порнография, инструкции для самоубийц и террористов — вот страшные реалии нашей жизни.

Дети подвергаются влиянию оккультистов, гипнотизеров и прочих темных личностей, причем последствия оккультных воздействий для их неокрепших душ крайне опасны и губительны. Врачам известно, сколько тяжелейших осложнений бывает после телесеансов разных «волшебников». А ведь дети — наше будущее! Каким же оно будет?!

* * *

Думается, в конце главы о депрессиях целесообразно поговорить о самоубийстве (суициде), поскольку именно уныние и отчаяние являются предвестниками этого страшного греха.

Суицид есть добровольное лишение себя жизни. Печальная статистика самоубийств в нашей стране долгое время была закрытой. В начале 1989 года впервые за последние 60 лет были обнародованы ошеломляющие цифры, за каждой из которых — безысходное отчаяние, утрата смысла жизни.

Ежегодно накладывают на себя руки более 60 тысяч россиян — это целый город самоубийц. И что особенно трагично, более всего, в 2,9 раза, выросли самоубийства среди молодых людей в возрасте 20—24 лет. В остальных возрастных группах взрослого населения этот прирост составил 1,6—1,8 раза. Вот еще один красноречивый факт: уровень самоубийств в России в 1915 году равнялся 3,4 человека на 100 000 населения, в 1985 году он составлял 24,5, в 1991 — 31, а в 1993 году уже 38,7 человека. 1998 год отмечен еще более высокими суицидальными показателями. 20% от общего числа всех самоубийств совершают дети и подростки. Приведем статистику за 1996 год: возраст 5—14 лет — 2756 самоубийств; 14—19 лет — 2358, то есть 5114 детей, юношей и девушек совершили этот страшный, непоправимый шаг, и это только учтенные случаи. В 92% случаев самоубийства совершались детьми из неблагоприятных семей.

В чем причины самоубийств? Точка зрения врачей такова: подавляющее число самоубийц психически здоровы. Суицид — это личностный кризис. Социальные факторы не имеют здесь сколько-нибудь решающего значения, это проблема духовная.

Архиепископ Иоанн (Шаховской) пишет: «Бедные страдальцы самоубийцы!.. Вы не приняли искупления, кратких земных очищающих

страданий — сладких для принявшего, — о, гораздо более сладких, чем те призрачные наслаждения, в тоске по которым вы умерли. Да, в вашей власти было сделать это, как подсказала, шепнула вам сила зла, не имевшая над вами тогда никакой власти, но в вашей же власти было не делать этого. В вашей власти было знать, что есть Бог, что Он есть не только высшее Выражение Правды и Справедливости, недоступных нашему пониманию, но даже гораздо более всех этих слабых человеческих понятий. В вашей власти было понять, что не может Бог дать Крест и не дать сил, — что в вашей власти было обратиться к Богу, спастись призыванием (не ложным) Его Имени...

Самоубийцы пред самоубийством своим совсем не знают, что около них стоит гадкий, (невыразимо) злой дух, понуждая их убить тело, разбить драгоценный «глиняный сосуд», хранящий душу до сроков Божиих. И советует этот дух, и убеждает, и настаивает, и понуждает, и запугивает всякими страхами: только чтобы человек нажал гашетку или перескочил через подоконник, убегая от жизни, от своего нестерпимого томления... Человек и не догадывается, что «нестерпимое томление» не от жизни, а от того, от кого и все мысли, «обосновывающие» убиение себя. Человек думает, что это он сам рассуждает, и приходит к самоубийственному заключению. Но это совсем не он, а его мыслями говорит тот, кого Господь назвал «человекоубийцей искони»...

Человек только безвольно соглашается, невидимо для себя берет грех диавола на себя, сочетается с грехом и с диаволом... Одно покаянное молитвенное слово, одно мысленное хотя бы начертание спасительного Креста и с верою воззрение на него — и паутина зла расторгнута, человек спасен силой Божией от своей гибели... Только малая искра живой веры и преданности Богу — и спасен человек! Но все ли люди, спасшиеся от убиения себя или от какого-либо другого греха, понимают, что около них стоял (а может быть, и еще стоит или иногда к ним приближается) отвратительный злой дух, существо, обнаруживаемое только некоей духовной чуткостью и обостренным духовным вниманием?

Далеко не все (даже христиане) отдают себе отчет в действиях и проявлениях злых духов, о которых с такой удивляющей силой и ясностью говорит слово Божие. 90 процентов самоубийц делают свой последний шаг под непосредственным влиянием духов «человекоубийц искони» (Ин. 8, 44). И собственно, почти всякое самоубийство есть убийство демоном человека — руками самого человека».

Особенности детских неврозов

Распространенность пограничных нервно-психических состояний среди детей и подростков достигла небывалого уровня — примерно 80% детей в нашей стране нуждаются в медико-психологической помощи.

Из юношей, признанных негодными для прохождения военной службы по состоянию здоровья, 47% имеют психические заболевания. Повышенная нервность, возбудимость, эмоциональная лабильность, склонность к конфликтам, ухудшение сна — типичные симптомы, встречающиеся у 8 из 10 детей.

В происхождении невротических реакций у детей большинство авторов подчеркивают негативную роль неправильного воспитания. Известный специалист по детским неврозам профессор А. И. Захаров выделяет следующие его аспекты:

1. Требования родителей, превышающие возможности и потребности детей.

2. Неприятие детей родителями, выражаемое раздраженно-нетерпеливым отношением, частыми порицаниями, угрозами и физическими наказаниями, отсутствием необходимой нежности и ласки.

3. Несогласованный подход к воспитанию, который проявляется контрастным сочетанием строгих ограничений и запретов у одного родителя и потакающе-разрешающим отношением у другого.

4. Непоследовательность воспитания, его неровность и противоречивость.

5. Неустойчивость в обращении с детьми: повышенный тон, крик, общая эмоциональная неровность.

6. Тревожность — постоянное беспокойство о ребенке, наличие излишних опасений и предохранений.

Проявления детских неврозов разнообразны: это эмоциональная неустойчивость и сверхчувствительность, плаксивость, легко меняющееся настроение, капризность, возбудимость, трудности засыпания, беспокойный сон, ночные страхи, сосание пальцев, обкусывание кожи вокруг ногтей, заикание, энурез, нервные тики и др. Одному возрасту больше соответствуют одни симптомы, другому — другие.

Очень часто невротические проявления у детей обнаруживаются в виде соматических жалоб и недомоганий — к примеру, поднимается температура, появляются боли в животе, головные боли и т. п., что зачастую указывает на душевное неблагополучие ребенка. Нередко в ответ на неблагоприятные психоэмоциональные обстоятельства у детей могут развиваться различные заболевания.

На прием пришла бабушка по поводу своей девятилетней внучки. Ее родители часто ссорились, скандалили и наконец развелись, отец ушел из

семьи. На этом фоне у нее развилась бронхиальная астма, причем не были обнаружены ни аллергия, ни изменение бронхо-легочной ткани, не был установлен факт частых простуд. Оказалось, что у девочки неврогенный вариант астмы; причиной астматических приступов явился невротический конфликт. Это заболевание — крик души ребенка.

Другой особенностью детских неврозов являются поведенческие нарушения. Некоторые дети убегают из дома, прогуливают занятия в школе, другие начинают курить, пробуют алкоголь. Большинство таких ребят затягивает улица и воспитывает на свой манер. Кто в этом виноват? Родители. Надо любить своих детей, надо их воспитывать, за них молиться. Улучшение психического состояния ребенка во многом зависит от родителей, их духовности, взаимоотношений друг с другом, от того, какую они сумеют создать атмосферу в доме.

Детей необходимо оберегать от любого тлетворного влияния, так как на их неокрепшие души сегодня выливается целый поток разного рода непотребщины. Родительское благочестие — действенный пример для подражания детей. Противоположные ему пьянство, бездуховность, аморальное поведение — увы, тоже действенный пример, но пример погибельный. Святейший Патриарх Алексий II сказал, что «если в душе нет сознания святости, в ней утверждается мерзость запустения».

Укажем на те психопатологические состояния, которые могут обнаруживаться в младенческом и раннем детском возрасте и требуют врачебного вмешательства.

Невропатия — характеризуется повышенной раздражительностью, капризностью ребенка, неустойчивостью настроения, выраженной пугливостью. Такой ребенок плохо спит, у него страдает аппетит, он быстро истощается, внимание его очень отвлекаемое. Могут наблюдаться субфебрилитет (стойкая повышенная температура, примерно 37,1—37,3), нарушения стула, неврогенная рвота.

Синдром раннего детского аутизма — характеризуется нежеланием общаться со сверстниками, окружающими взрослыми. Ребенок эмоционально холоден, безразличен к близким, он мало говорит, иногда вообще отказывается от общения, склонен к стереотипным движениям. У грудных детей с такой патологией отсутствует «комплекс оживления» в ответ на эмоциональное воздействие.

Гиперкинетический синдром — для него характерны двигательная расторможенность, чрезмерная (бесполезная) активность. Ребенок взбалмошный, истеричный, поступает без учета обстоятельств, не способен следовать принятым правилам поведения. Обычно таким детям трудно адаптироваться в школе, они крайне неусидчивы, рассеянны, постоянно всех напрягают и провоцируют других детей к неправильному поведению. Чувствуя свою ущербность, они как бы делают «на зло» окружающим —

возникает механизм порочного круга. Гиперкинетический синдром в своем развитии имеет две тенденции. В одном случае, с Божией помощью, при грамотной тактике родителей, психологов, педагогов, врачей, годам к 12—14 он ослабевает и исчезает. В другом — трансформируется в психопатию, и личность становится еще более дезадаптированной. Эта тенденция очень неблагоприятна.

К числу невротических расстройств, начинающихся обычно в детском и подростковом возрасте, относятся тики — произвольные, быстрые, неритмичные движения ограниченных групп мышц (моргания, подергивания); неорганический энурез — несоответствующее возрасту произвольное дневное или ночное мочеиспускание; заикание.

В младшем школьном возрасте может развиваться школьный невроз. Его причиной являются психологическая неготовность ребенка к школе, неприятие его сверстниками, унижение, избиение, чрезмерная строгость и неопытность педагога. Страдающий этим неврозом ребенок выглядит подавленным, отказывается идти в школу, имитирует (часто бессознательно) разные заболевания. Родители должны быть внимательны, суметь вовремя распознать его душевные затруднения и помочь ему. Нелишней будет и врачебная консультация или совет опытного психолога.

Однако важно напомнить, что детская психология (психотерапия, психиатрия) не говорит о таких понятиях, как вера в Бога и православная духовность, христианское благочестие, церковность, не упоминает она и о грехах и страстях, то есть наука о душе пытается существовать и развиваться без Бога. Но если подобная секуляризация допустима, скажем, в геометрии или автомобилестроении, то в науке, изучающей закономерности душевной жизни человека, она невозможна.

Справедливо рассуждая о многих частностях и деталях, психология, к сожалению, не видит главного. Воспитание детей в духе настоящего, а не мнимого духовного и душевного здоровья, подлинного благочестия невозможно без веры в

Господа Иисуса Христа и без помощи Божией. Только благодатью Божией душа человека очищается, просвещается и вразумляется. Без благодати же она не только не способна к совершенствованию, но и не может познать всего трагизма своего бедственного положения.

По милости Божией, теперь появляются книги и статьи верующих психологов, в том числе священников, до принятия священного сана получивших психологическое образование. В психологии восполняется тот духовный вакуум, который по известным причинам господствовал в ней почти восемь последних десятилетий.

ОБЯЗАННОСТИ СЕМЕЙСТВЕННЫЕ

(По творениям святителя Феофана Затворника)

Супруги имеют быть родителями. Дети — одна из целей супружества и вместе обильный источник семейных радостей. Поэтому супруги должны чаять детей, как великого дара Божия, и молиться о сем благословении. Бездетные супруги действительно суть нечто обиженное, хотя иногда это бывает и по особенным намерениям Божиим. Молясь же, они должны и себя готовить к тому, чтоб быть добрыми родителями добрых чад; для сего хранить целомудрие супружеское, т. е. трезвенную отчужденность от сладострастия; хранить здоровье, ибо оно неминуемое есть наследство детей: больное дитя что за радость? Хранить благочестие, ибо, как бы ни происходили души, а они в живой зависимости от сердца родительского, и характер родителей иногда очень резко отпечатывается на детях.

Любимое чадо, когда Бог его дает, надобно будет воспитать, а для того иметь достаток; пусть же заботятся о нем заранее не на настоящее только, но и на будущее. Когда Бог дарует чадо, радуйтесь и благодарите, яко человек родился в мир. Бог повторил первое благословение и через вас: примите же дитя, как от руки Божией. Но потому же и поспешите освятить его таинствами, ибо здесь вы и посвятите его на служение Богу истинному, Коему и сами вы, и все ваше должны принадлежать. В дитяти смешение духовно-телесных сил, готовых принять всякое направление: положите на нем печать Божественного Духа, как основу и семя вечной жизни. Отвсюду теснится сатана с своим злом: оградите дитя оградой Божественную, непроницаемую для темной силы. Освященное в таинствах дитя блюдите потом, как святыню: не оскорбляйте Духа благодати и Ангела Хранителя, окружающего колыбель, своим неверием, воздержанием, немиролюбием.

Начинается воспитание — дело родителей главнейшее, многотрудное и многоплодное, от коего благо семейства, Церкви и отечества. Тут-то и покажите истинную любовь. Родители, можно сказать, не вы: дитя родилось неведомо для вас как. Воспитать же его — ваше дело. В сем деле на все надо обращать внимание. И на то, что есть дитя. И на то, чем быть ему. **Нужно** воспитать тело его, доведши его до того, чтоб оно было и крепко, и живо, и легко. Мало предоставлять все природе; должно и самим действовать, по плану с целью, пользуясь опытами других и пособиями здоровой педагогики.

Но еще больше должно позаботиться о воспитании духа. Благовоспитанный духом и без крепкого тела спасется. Себе же оставленный будет страдать от тела крепкого. В сем отношении должно образовать ум, нрав и благочестие. Ум, если можешь, сам развивай, а нет, отдай в училище, или имей учителя. Нужнее при сем здравомыслие, коему и без науки учатся, нежели научность.

Но всякого долг научить Символу веры, заповедям, молитве или дать познать христианскую веру. Нрав ничем так не образуется, как собственным добрым примером и удалением от худых примеров сторонних. Предотвращай: сердце невинное под действием благодати окрепнет, и добрые его расположения обратятся в нрав. Тем нужнее свое благочестие для укрепления благочестия дитяти, ибо оно относится к невидимому. Здесь дела благочестия домашние совершают все, по благодати Божией. Пусть дитя участвует в молитве утренней и вечерней; пусть будет, сколько можно чаще, в Церкви; сколько можно чаще, причащается по вере вашей; всегда пусть слышит ваши благочестивые беседы. При этом нет нужды обращаться к нему: оно само будет слушать и соображать.

Родителям надо со своей стороны все употребить, чтобы дитя, когда оно в сознании, сильнее всего сознавало, что оно христианин. Но опять, главное — собственно дух благочестия, проникающий и прикасающийся душе дитяти. Вера, молитва, страх Божий выше всякого приобретения. Их прежде всего внедрите. Выучившегося читать надо остерегать от беспутного чтения. Жажда чтения неразборчива. Развивающееся дитя покажет, к чему оно гоже. Потому должно полагать основы будущему его прочному, нешаткому, не боязненному действованию на принятом поприще, приготовить к званию, чтоб оно умело в нем действовать, и телом и душою было сроднено с ним и могло жить в нем, как в своей стихии. Если при сем нужно будет усугубить попечение, усугуби; если нужно прибавить предметов обучения, прибавь. То неодобрительно, если все предоставляют течению обстоятельств. Правда, Господь все строит, но Он же нам дает разуметь волю Свою в наших способностях, склонностях и характере. Сему указанию внимать и на основании его действовать есть долг.

Должно руководить дитя навыкать приличию в слове, одежде, положении стана, держания себя пред другими. В молодых летах это тем уместнее, что там действует переимчивость, преимущественно внешняя, и что, утвердившись там, может так остаться на всю жизнь. Приличие — вещь будто незначительная, однако ж много беспокоит и смущает ненавыкшего ему. Надо предотвратить от сего дитя. Но опять, надо ставить сие дело в тени, как придаток, не возвышать и даже не говорить, как это нужно, а учить просто, как учили ходить. Где рассыпаются похвалы сему, там приличие выдается из-за других, важнейших, вещей и заслоняет их. А это худо. Притом здесь разумеется благопристойность простая, скромная, почтительная, а не модная, вертлявая, изысканная.

Учить искусствам — прекрасное дело, именно: пению, рисованию, музыке и другим; то же к мастерствам женским и мужским. Они доставляют приятный отдых духу и благонастроение. Но надобно, чтоб не забывалось главное: созидание духа для вечности. Этим должно определяться направление искусственности или внутреннее ее содержание. Надо, впрочем, помнить, что в воспитании не столько важен материал, сколько силы, или способность и умение доставать его. Что должно вынести из воспитания в сем отношении, это — трудолюбие — тяготение к труду и ненависть к праздности, любовь к порядку — регулярность, чтоб все делать вовремя к месту, не забегая и не отставая, добросовестная исправность — расположение, не жалея себя, не щадя сил, выполнять по совести все, что требуется. Это — счастливейшее настроение, какое обезопасивает на всю жизнь, и внешнее счастье, и внутреннее благочестие. Но все же не должно забывать, что такие настроения составляют только внешнюю доброту, внутренняя же состоит в духе благочестия христианского.

Наконец, воспитанное дитя должно пристроить: дочь отдать прилично замуж, сыну достать место или вставить в порядок жизни, к какому он готовлен. В сем деле главное то, чтоб они сами могли потом безбедно жить и успешно трудиться. При выборе второй половины можно иметь в виду расположение, но не должно уважать капризов, рождающихся от соблазна блеском и видимостью, а надо делать, что разумно видится прочным и полезным. Худо делают, когда оставляют детей влечению сердца в сем важном деле. Впрочем, и по пристройке детей не надо забывать их, но надзирать, направлять, руководить, вразумлять. И право и долг родителей не отстают от них по смерти.

Ныне иначе на это смотрят. Но не все то законно, что ныне вводится. Руководитель в воспитании детей — любовь. Она все предвидит и на все изобретет способы. Но должно, чтоб сия любовь была истинная, трезвенная, разумом управляемая, а не пристрастная и поблажливая. Последняя слишком много жалеет, извиняет и снисходит. Благоразумная снисходительность должна быть; но поелику она граничит с поблажкою, то строго должно смотреть за нею. Лучше несколько передать на строгость, нежели на поблажку, ибо она день ото дня больше и больше оставляет неискорененного зла и дает расти опасности, а та отсекает однажды навсегда, или, по крайней мере, надолго. Вот почему иногда существенная надлежит нужда иметь воспитателем чужого. Где любовь уклоняется от истины, там часто, или почти всегда, чрез пристрастие впадает она в несправедливость к детям — одних любит, а других нет, или отец любит одних, а мать — других. Это неравенство и у любимого, и у нелюбимого отнимает уважение к родителям и между самими детьми с таких ранних лет поселяет некоторую неприязнь, которая, при обстоятельствах, может превратиться в посмертную вражду. Что ж это за воспитание?

Не должно, наконец, забывать смирительного и вместе самого действительного средства исправления — телесного наказания. Душа образуется через тело. Бывает зло, коего нельзя изгнать из души без уязвления тела. Отчего раны и большим полезны, тем паче малым. Любя сына своего, участит ему раны, говорит премудрый Сирах (30, 1). Но само собою разумеется, что к такому средству надо прибегать в случае нужды.

Многие современные семьи, живущие по своему усмотрению и отвергающие помощь Божию, благословение Господне, испытывают множество психологических и морально-нравственных проблем, нестабильность. Нестроения эти чреваты скандалами, разводами, искалеченными детскими судьбами. Неладная семья — поставщик неврозов, болезней, пьянства и даже правонарушений. В тех семьях, в коих дела обстоят получше, супруги часто не знают, кому быть лидером в доме, во имя чего воспитывать детей и к чему стремиться. Больно видеть, как между супругами накапливается раздражение друг другом, злоба, недовольство жизнью. Супружеская верность, христианский семейный уклад, примеры благочестивой семейной жизни для некоторых — лишь пережитки прошлого, архаизм. . .

О семейных неврозах пишутся десятки статей, книг, диссертаций. Факты вопиют: каждая третья-четвертая семья «трещит по швам». В «набат» бьет общественность.

С нелегкими проблемами люди обращаются в семейные психологические консультации, к психотерапевтам. Они жаждут советов, «рецептов» счастья. Не раз мне приходилось наблюдать, что рекомендации тех из специалистов, которые понятия о духовности, видимо, не имеют, выглядят примерно так: больше времени проводите порознь, будьте хитрее, заведите любовницу (любовника). Чтобы не создавать «лишних проблем» в семье, рекомендуется планировать рождаемость самыми коварными методами, вплоть до аборт. А тут еще по телевидению и в газетах масса непотребщины: порнография, насилие, магия, колдовство... Скверно все это.

Семье без помощи Божией не построить добрых отношений! Только идя навстречу Богу, возлюбив друг друга через любовь ко Творцу, семья обретает подлинное счастье и полноту бытия. Это доказывается жизнью, подтверждается историей. Через веру, покаяние, совместные молитвы, христианское воспитание детей и взаимную любовь супруги идут к главной цели — Царствию Божию.

Профессор-богослов С. Троицкий пишет в книге «Христианская философия брака» следующие строки: «Апостол Павел сравнивает взаимные

отношения мужа и жены именно с отношениями лиц Святой Троицы. Как Бог Отец есть глава Христа, так и муж — глава жене (1 Кор. 11, 3). Как Христос есть сияние славы и образ бытия Бога Отца (Евр. 1, 3), так и жена слава мужа (1 Кор. 1,7).

Климент Александрийский называет семью, как и церковь, домом Господним, а Иоанн Златоуст прямо называет семью «малой церковью».

Святитель Феофан Затворник учит, что семейство устроит свое благосостояние «внешнее для внутреннего».

Я уже упомянул об абортах. Аборт — это тяжкий грех убийства ребенка во чреве матери.

В 1993 году официальная статистика зарегистрировала в России более четырех миллионов абортот. Знает ли мать, убивая ребенка, что на 18-й день он уже открывал рот, в 20 дней его сердце билось! В 27 дней у малютки были ручки и ножки. В 6 недель у зародыша отмечается работа мозга, а в 11—12 недель плод чувствует прикосновения.

Последствия этого страшного греха детоубийства резко меняют женщину. Как психиатр укажу на то, что душа женщины, сделавшей аборт, скорбит о содеянном, даже и в том случае, если сама женщина не считает аборт тяжким грехом (увы, есть еще и такие люди). Отсюда у большинства таких женщин стойкие депрессии, потеря сна, аппетита, у многих — чувства горечи, муки совести.

Мне хочется привести главные мысли из обращения Патриарха Алексия II к участникам Международного конгресса «Любовь, жизнь, семья», который проходил в Москве в мае 1994 года: «И кто примет одно такое дитя во имя Мое, тот Меня принимает» (Мф. 18, 5), — так Господь наш Иисус Христос указал Своим ученикам и последователям на великое достоинство перед очами Божиими каждого ребенка, сколь бы мал и беспомощен он не был на первых порах. Вместе с тем этой заповедью христианам указывается и на их первейшее предназначение в этом мире — заботу о духовном и телесном развитии подрастающего поколения. Божественное Откровение ясно говорит о том, что дитя, находящееся в материнской утробе, в полной мере обладает тем же богоподобием, что и всякий другой человек, а его формирование есть проявление Божественного творческого плана. Пророк и псалмопевец Давид так говорит об этом, обращаясь к Господу Богу: «...Ты устроил внутренности мои и соткал меня во чреве матери моей. Славлю Тебя, потому что я дивно устроен. Дивны дела Твои, Боже, и как велико число их» (Пс. 138, 13—17). Чадородие выступает в свете Откровения как великое Божие благословение человеческому роду».

Есть еще одна сложная проблема — подростковый возраст. Обычно под ним понимают возраст с 14 до 18 лет. Подразумевается, что он составляет некий переходный этап между детством, с его полной зависимостью от взрослых, и способностью к самостоятельной жизни. Этот

возраст неслучайно называют «трудным»: поиски себя, становление характера и т. д. Переход от опекаемого детства к известной автономности обнажает и заостряет в числе прочих и слабые стороны личности подростка.

Закономерен и такой вопрос: можно ли игнорировать бурные нейрогормональные сдвиги в юном организме, вулканическая сила которых преобразует юнца в мускулистого мужчину? Не эта ли биологическая метаморфоза тянет за собой дымный социальный шлейф: жестокость и агрессивность, криминальные действия, попытки самоубийства, половые преступления?

Для православных людей ответы на эти вопросы очевидны. Биологические изменения, как бы интенсивно они не протекали, сами по себе не могут сделать человека добрым или злым, святым или преступником, нравственным или безнравственным. Человек — это не столько плоть, сколько душа и дух. На путь греха подросток может встать тогда, когда он либо не ведает истинного Бога, либо — отворачивается от Него. Многое зависит и от тех примеров (часто негативных), которые подросток видит во «взрослой» жизни. Бездуховность родителей, пьянство или аморальное их поведение — печальные предпосылки будущей бездуховности подростка.

Сплошь и рядом распространен так называемый атеистический гуманизм, который исповедуют немалое число родителей, воспитывающих своих детей. Его можно сравнить с замком на песке, потому что духовным фундаментом, в данном случае, люди пренебрегают. Дунул ветер, и замок... Дети слышат запреты и увещания, но им до конца не понятно, почему нельзя обманывать или брать чужое, почему необходимо слушаться родителей и многое другое. О Боге и о грехе деткам не рассказывают. В школе, армии, лицее или институте от этого гуманизма остается все меньше и меньше. «Совесть без Бога есть ужас», — писал Ф. М. Достоевский. Душа, не очищенная покаянием, становится плохим советчиком. Верить ей опасно. Вывод таков: воспитание детей в духе подлинного благочестия невозможно без Веры, без Господа Иисуса Христа. Только от благодати Божией душа человека очищается, просвещается и вразумляется.

Как-то мне попала в руки листовка под названием «Не дайте себя купить! Слово к подросткам». Мне неизвестен автор этого обращения, но я полностью разделяю его позицию. Ниже привожу текст обращения:

НЕ ДАЙТЕ СЕБЯ КУПИТЬ!

Слово к подросткам

Дети! Вас поработают игом, более страшным, чем монголо-татарское. В XIII веке завоеватели Батя оставили по себе страшный и грязный след в

истории и языке в виде мата, в виде понятия кощунства (издевательства над святыней происходящего от «кощун» — татарский карательный корпус), сожженных городов и библиотек, тысяч и тысяч наших единоплеменников, проданных рабами на невольничьих рынках Азии и Европы.

Но теперь — без татарской орды наших девушек ведет на позор новая, так называемая «массовая культура». Она, ломая сопротивление естественной стыдливости, добивается более страшных результатов без огня и меча. Подростки начинают ставить ни во что Богом данную и естественную для каждого девственность и чистоту, обрекая свою душу и тело на неминуемые страдания. Курят и срамят себя матом как юноши, так и девицы. Гремят мат, сатанинская музыка и «жестокие куплеты» — садистские стишки про «обгорелые кости» и «бантик», а в соседнем подъезде хоронят ребенка. Цинизм, бесстыдство, разврат, жестокость, наркомания всех видов сделались массовыми среди подростков. Детей провоцируют на грех с помощью культуры греха — чтобы превратить новое поколение в скотов, не способных ни к созданию полноценной семьи, ни к творческому, производительному труду, ни к защите своей Родины.

Идти на поводу у «общественного мнения» для современных подростков означает то же, что в XIV веке — быть взятым в плен дикой варварской ордой для продажи на невольничьем рынке. НЕ ДАЙТЕ СЕБЯ КУПИТЬ!

Дети! Враги Бога, враги России в течение сотен лет пытались завоевать нашу родную землю с помощью огня и меча, но каждый раз кончали позорным поражением и находили себе могилу на бескрайних русских полях. Теперь нас хотят извести с нашей земли при попустительстве и равнодушии взрослых и подлом предательстве властей. Теперь вместо оружия наш народ хотят уничтожить с помощью разврата, порнографии, наркотиков, табака и водки — тем способом, как их предки уничтожили американских индейцев.

Не поддавайтесь! Не берите в руки подлый финансируемый из Германии COOL и прочую мерзость, преследующие одну-единственную цель: всех русских женихов и невест лишить будущего брака, основанного на любви и верности, превратив их в 13—16-летних «партнеров» и «партнерш», снабжая для этого иллюстрированными инструкциями, рекламируя этот «журнал для настоящих девчонок» по радио и ТВ. Не позволяйте себе смотреть развратное телевидение и непристойные «видики», смакующие сцены блуда и убийства. Помните: **кто смотрит на сцену смертного греха как зритель, тот участвует в нем.**

Дети! Только Вера, Церковь и любовь к Отечеству могут дать вам верный ориентир в жизни. Этим ориентиром руководились Пушкин, Лесков, Гоголь, Суворов, Лобачевский, Сергей Радонежский — вся наша отечественная культура и государственность построены на христианской

вере. Или вы — крещенные дети — станете христианами по жизни и поступкам своим, или станете духовными отбросами, потребителями «плейбоя» и наркотиков, развратным, циничным и подлым стадом. Такими вас хочет сделать сатана и враги нашего Отечества. Но противостояйте ему с верой, ради святости, чистоты и подлинной любви! Бог, Пречистая Его Мать и все Святые помогут вам в этом подвиге.

В связи с безудержной пропагандой телевидением и другими средствами массовой информации блуда и разврата, то есть незаконной плотской связи под видом «любви» и «знакомств», Православная Церковь вынуждена напомнить юношам и девушкам о необходимости хранить свою невинность, девственность и неприкосновенность как святая святых своей личности, как зеницу ока, до вступления в законный брак. Помните, что стыдливость, способность воздерживаться от исполнения своих плотских желаний, существование брака, наличие религии — это не просто абстрактные понятия, а то, что отличает человека от животного.

Беззаконная внебрачная плотская связь является грехом против Седьмой Заповеди и, наравне с убийством, относится к тягчайшим смертным грехам, заживо убивающим душу и тело!

Заразившись болезнью (которых, кстати, более двадцати, и не существует ни одного гарантированного способа защиты от них) или сделав аборт, вы станете бесплодными на всю жизнь и навсегда лишите себя радости отцовства и материнства, что уже произошло с четвертью старшего поколения — именно столько браков сейчас бесплодно по причине этих грехов. Не говоря о том, что аборт, на каком бы он сроке не производился, — настоящее убийство, а блуд уменьшает умственные и творческие способности.

Распространенность и почти всеобщее безразличие к этому виду греха, навязывание его в качестве общественного стандарта ни в коей мере не оправдывает перед Богом блудника или блудницу. На Страшном Суде каждому придется отвечать лично за себя.

Дорогой друг, помни, что Господь Бог дал нам самую богатую в мире страну, что ты принадлежишь к народу, который создал великую культуру, прекрасную литературу, произвел множество величайших ученых, вышел победителем из всех войн, сохранил свою веру и дал миру множество святых. И это было сделано благодаря силе духа наших предков, которые оставили для тебя мудрую пословицу: **БЕРЕГИ ЧЕСТЬ СМОЛОДУ!**

[*] Глава написана совместно с д-ром Е. В. Дорофеевым.

ПСИХОСОМАТИКА

После грехопадения Адама человек утратил совершенное здоровье и бессмертие. Святое Евангелие напоминает нам о тех причинах, которые привели человека к потере Эдема (Мф. 8, 16; Мф. 15,17—20; Мк. 7, 18—23; Лк. 5,15; Ин. 9, 1—7) Святые отцы говорят, что, чем человек грешит, тем он и страждет.

К примеру, вот что говорит о гневливом человеке преподобный Ефрем Сирийский: «...Гневливый убивает и губит душу свою. Да и действительно, гневливый убивает и губит душу свою, потому что всю жизнь проводит он в смятении и далек от спокойствия. Он чужд мира, далек и от здравия; потому что и тело у него непрестанно истаивает, и душа скорбит, и плоть увядает, и лицо покрыто бледностью, и мысль изменяет, и разум изнемогает, и помыслы льются рекою...»

Иными словами, грех, совершаясь в глубине человеческого духа, поражает и душу, и плоть. Очевидно, по этой причине сокращается длительность жизни людей, слабеет их здоровье. Часто душа подсказывает человеку, по каким причинам (или грехам) произошел тот или иной недуг. Многие христиане это знают по опыту.

Наука громко заговорила о тесной взаимосвязи душевных и телесных процессов 180 лет тому назад, когда немецкий врач Хейнрот впервые употребил термин «психосоматика». В основе идеи психосоматозов положено утверждение, что в происхождении ряда соматических заболеваний лидирующее место принадлежит психоэмоциональным факторам.

В 30-х годах нашего столетия психосоматическая медицина получила как бы новый импульс своего развития. Источником нового понимания психосоматических расстройств послужили исследования Е. Донбар, которая в своей работе сместила акценты на личностные особенности «жертв» психосоматики. Спустя некоторое время были описаны «коронарная личность», «язвенная личность», «артритическая личность».

Таким образом, психосоматическая патология — это своеобразный соматический резонанс психических процессов. К числу так называемых истинных психосоматозов относятся: ишемическая болезнь сердца, бронхиальная астма, гипертоническая болезнь, язвенная болезнь 12-ти перстной кишки, язвенный колит, нейродермит, неспецифический хронический полиартрит.

«Плачет мозг, а слезы — в сердце, печень, желудок...» — так образно говорил известный отечественный ученый А. Р. Лурия. Ученые и практики

обратили внимание на определенные черты характера, которые свойственны тем или иным заболеваниям. К примеру, у больных ишемической болезнью сердца нередко обнаруживаются: внутреннее напряжение, нетерпимость, стремление к постоянному лидерству, эмоциональная неустойчивость. Установлено, что возникновение бронхиальной астмы связано с наличием в характере выраженных черт напористости, нетерпимости. Заболевания щитовидной железы могут быть вызваны неумеренностью. При облитерирующем эндартериите (сосудистое заболевание) обнаруживают боязливость.

Каждое психосоматическое заболевание имеет свои психопатологические проявления. Так, например, при язвенной болезни отмечаются: периодическая тоскливая раздраженность, нервная напряженность, уныние, обидчивость; при гипертонии — повышенная ранимость, подавленное настроение, страхи; при тиреотоксикозе — повышенная возбудимость, вспыльчивость, раздражительность, суетливость, частые смены настроения, обидчивость, торопливость; при неспецифическом язвенном колите в характере больных уживаются сентиментальность и гневливость.

Правильнее различать психосоматические заболевания и психосоматические расстройства. Последние представляют собой нарушения функций внутренних органов и систем, возникновение и развитие которых в наибольшей степени связано с психическими факторами и личностными особенностями человека. В качестве примеров можно назвать психогенные невралгии, психогенные дискинезии, псевдоревматизм, псевдоревматические расстройства пищеварения, психогенные расстройства сердечного ритма и еще целый «букет» разнообразных патологических состояний. Главной причиной дисфункций и нездоровья во всех вышеперечисленных примерах являются стрессы, нервные потрясения, конфликты, длительное психоэмоциональное перенапряжение.

Первоначально эти изменения носят функциональный характер, но при продолжительном и частом повторении они могут стать органическими, необратимыми.

Правомерен вопрос: только ли характер является основой «болезненного» поведения? Убежден, что прежде всего грех, совершаемый в глубине человеческого духа. Накапливаясь в душе, грехи формируют характерологические изъяны.

Следовательно, происхождение психосоматической патологии можно эскизно представить как процесс «проявления», материализации греха: грех — характер — болезнь. Разумеется, эта схема должна восприниматься с осторожностью и применима лишь к части случаев.

По воле Господа болезни могут подаваться человеку во испытание веры и даже в награду тем, кто радуется болезненным тяготам, переносимым ради

Бога и вечной жизни. Таким образом, в зависимости от того, на какой духовной «почве» возникают хвори, и определяется их смысл.

Алекситимия (дословный перевод данного термина — «чувства без слов») — этим термином обозначают один из механизмов формирования психосоматических расстройств. По мнению ученых, психосоматические заболевания развиваются, помимо прочих причин, из-за «непроговоренности» внутренних конфликтов, переживаний. Но только ли конфликтов? Думается, что не только конфликтов, но и грехов. Неисповеданные грехи не только губят душу, но и держат в напряжении и разрушают тело.

В святом таинстве Исповеди душа очищается от грехов Благодатию Божией. После глубокого покаяния на душе всегда обретаются радость и покой.

О СЕРДЦЕ БЛАГОДАТНОМ. Выше мы рассмотрели, как может страдать плоть под тяжестью грехов (некоторые примеры психосоматических расстройств). Но под действием Духа Божия плоть человека преображается. Когда смотришь в лица угодников Божиих, подвижников веры и благочестия, то невольно ощущаешь ту благодатную силу Духа, от которой невозможно оторваться. Еще в большей степени это дивное преображение относится к сердцу человека.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский писал: «Христос, введенный в сердце верою, восседает в нем миром и радостью. Недаром говорится о Боге: свят еси и во святых почивавши».

Св. пророк Иеремия говорил: «Было в сердце моем, как бы горящий огонь» (Иер. 20, 9). Преподобный Макарий Великий говорил так: «Сердце правит всеми органами и, когда благодать займет все отделения сердца, — господствует над всеми помыслами и членами...»

ОЧЕРКИ ВРАЧЕБНОГО ДУШЕПОПЕЧЕНИЯ

По поводу заикания

Здравствуйте, уважаемый Дмитрий Александрович!

Меня зовут Е. Пишу Вам, надеясь получить психотерапевтическую помощь и вообще разобраться в моем недуге. У меня заикание, как назвал его логопед — логоневроз. Болею я уже давно, с детства. Стало очень трудно говорить. Если в общении с друзьями еще терпимо, то дома, в семье

почти нет ни одного слова, которое я сказала бы без запинок и внутреннего напряжения. «Внешние» причины типичны для многих страдающих. Можно даже открыть книгу «Беседы о детской психиатрии» (автора не помню) и процитировать письмо-исповедь одной девушки-пациентки: неблагополучная семья, отец пил, так и погиб. Окончила школу, где чувствовала себя всегда гадким утенком; поступила в педучилище, потом очно-заочно закончила пединститут по специальности методист по дошкольному воспитанию и практический психолог.

Уважаемый Дмитрий Александрович! Я обращаюсь к Вам, потому что вы православный врач. Наверное, я прочитала все ваши издания о проблеме невротизма и духовности и др., также книгу профессора Мелихова и некоторые другие. Я тоже верующая, понимаю, с одной стороны, что это наказание за грехи: у меня бывает сквернословие, я очень раздражена, частая смена настроения. Хотя и говорят сослуживцы, что я очень спокойная, но в душе у меня борьба, напряжение.

Каждый день я боюсь своего заикания, при общении с близкими я чувствую себя ущербной, на работе боюсь подойти к телефону, племяннику не могу объяснить домашнее задание.

Я очень надеюсь, что Вы мне ответите и подскажете, в каких направлениях работать. Конечно же, я уповаю на Бога, стараюсь чаще исповедоваться и причащаться, читаю православную литературу. Но раз Господь благословил врачей, то я обращаюсь к Вам как к врачу и очень надеюсь на помощь.

С уважением к Вам, Е., 28 лет

Со многим, дорогая Е., в Вашем письме я согласен. Посоветую Вам больше думать не о том, как говорить, а о том, что говорить. Чтобы Ваши уста всегда прославляли Бога, чтобы Ваши слова несли мир и утешение близким и окружающим Вас людям.

У каждого человека есть свои недостатки, болезни. Примите это как крест и не унывайте.

Был в моей практике такой случай. За помощью ко мне как к психиатру обратился молодой человек с выраженным заиканием. Он перепробовал многие методы лечения, но результат был либо нулевой, либо незначительный.

Я предложил ему метод, который описан известным австрийским психиатром и психологом Виктором Франклом и называется парадоксальным намерением. В чем же парадокс? Да в том, что человек внутренне позволяет себе именно то, чего он в высшей степени опасается и

не желает. В нашем случае — заикание. Всем хорошо известно выражение «клин клином». Здесь схожий механизм.

Я посоветовал этому больному позволить себе заикаться и, более того, попытаться даже усилить заикание произвольным образом. Мой пациент слушал меня с явным недоверием. Еще бы, его долго лечили от заикания, а тут такое — позволить себе заикаться. Однако он решился все-таки попробовать выполнить эту «непонятную» рекомендацию и... вскоре избавился от заикания. Точнее, от пристрастного, болезненного к нему отношения, а поэтому и говорить стал намного лучше.

Произошло это так: в институте на одной из лекций преподаватель неожиданно стал задавать студентам вопросы, пытаясь выяснить, как те усваивают материал. Не обошел он вниманием и нашего героя. У парня, по его словам, помутилось в голове, стальными тисками сжало горло, он покраснел, у него перехватило дыхание. И тут он вспомнил полученный совет — разрешить себе заикаться — и, поскольку деваться было некуда, попробовал.

На удивление окружающим и в первую очередь самому себе, он буквально «выпалил» ответ, практически без сбоев речи. Но самым главным было другое — у него появился позитивный опыт управления своей речью, своими эмоциями. В дальнейшем были и срывы, особенно в сложных стрессовых ситуациях, когда не удавалось преодолеть напряжения, но приобретенный опыт всегда внушал надежду.

Мне думается, в этом методе Франкла много от христианского смирения. Наверное, поэтому он и помогает. Может быть, дорогая Е., что-нибудь из этих советов позаимствовать и Вам? Помогите Вам, Господи.

Вы чуточку больны...

Доктор, подскажите, как мне быть. Мне 50 лет. До 50-ти лет я была спокойным и уравновешенным человеком. В настоящее время, в связи с возрастными проблемами, я себя не узнаю: раздражительна, плаксива, ухудшился сон, нет сил. На службе в храме стою с трудом. «Бросает» то в жар, то в холод. Потеею, кружится голова. Меньше стала молиться, не справляюсь с домашними делами. Как мне быть?

С уважением, Е. К.

Уважаемая Е. К.! Как Вы верно сами определили, в основе Ваших проблем известные симптомы «особого» возраста женщины. В это время в ее организме, в связи с гормональной перестройкой, происходит много

изменений. Жалобы, которые Вы перечислили, увы, типичны.

Прежде всего хочу Вас успокоить. Все это со временем пройдет, и самочувствие нормализуется. Нужны лишь время и терпение. Вы не первая и не последняя. Не требуйте от себя сейчас прежней активности. Душевный конфликт как раз и порождается тем, что женщина стремится непременно оставаться на прежнем уровне, быть такой же деятельной, как и прежде, со всем справляться, но осуществить это в сей период либо затруднительно, либо невозможно.

Поэтому успокойтесь, смиритесь с тем, что сейчас Вы чуточку больны. Поговорите с домочадцами. Если у Вас есть взрослые дети, то для них это самое подходящее время засучив рукава помогать по хозяйству.

В храме следует выбрать немногочлюдное место, где побольше воздуха. Все можно организовать, паниковать и унывать не стоит.

Очень помогут Вам отвары из успокоительных трав. Хорошо принимать мед; ешьте курагу, изюм, пейте поливитамины. Напомню о пользе прогулок на свежем воздухе.

Скажу также, что сегодня имеются лекарственные препараты разнообразного свойства и действия, устраняющие болезненные проявления климактерического периода.

В духовном плане интересно следующее наблюдение. В этот период у женщины могут заостриться присущие ей ранее негативные черты характера (читай, грехи). Предположим, если раньше женщина чувствовала в себе склонность к унынию или раздражительности, то теперь эти качества становятся явственно ощутимы, и держать себя в руках не удастся. Учтите это. Подай Вам, Господи, здравия и мира душевного.

Опасная «инфекция»

На приеме женщина лет пятидесяти и ее 23-летняя дочь В. Обстоятельства, побудившие их обратиться за помощью, таковы: девушка, в недавнем прошлом студентка одного из столичных ВУЗов, долгое время увлекалась творчеством (если так можно сказать) известной западной рок-группы. Она составила целую коллекцию аудио- и видеозаписей, вырезок из газет и журналов, фотографий этих музыкантов. Так продолжалось года полтора — два.

Рок-музыка оказывает сильное воздействие, как на психическое, так и на физическое состояние человека. Как указывает известный исследователь рок-н-ролла Жан-Поль Режембаль: «Сила рока заключена в прерывистых пульсациях, ритмах, вызывающих биопсихическую реакцию организма, способную повлиять на функционирование различных органов тела (в частности, бит может вызывать ускорение сердечного пульса и увеличение

содержания адреналина, а также возбуждение в половой сфере).

Если, например, ритм кратен полутора ударам в секунду и сопровождается мощным давлением сверхнизких частот (15—30 герц), то способен вызвать у человека сильное возбуждение. При ритме же, равном двум ударам в секунду, и на тех же частотах, слушающий впадает в танцевальный «транс», который сродни наркотическому.

Современные рок-группы работают в диапазонах от 80 тысяч герц до 20 и даже ниже. Интенсивность звука доходит до 120 децибел, хотя человеческий слух настроен на среднюю интенсивность — 55 децибел. Это уже решительный штурм всей личности. Были случаи, когда переизбыток высоких или низких частот сильно травмировал мозг.

На рок-концертах не редки контузии звуком, звуковые ожоги, потери слуха и памяти. Невозможно в течение продолжительного времени подвергать себя воздействию рока и не получить глубокой психоэмоциональной травмы. При этом возникает утрата контроля над способностью к сосредоточению; значительно ослабляется контроль над умственной деятельностью и волей; необузданные порывы ведут к разрушению, вандализму и бунту, особенно на больших сборищах, где психополе толпы, усиленное вышеуказанными воздействиями рока, практически лишает человека индивидуальности, превращает его в часть машины, управляемой сатанинскими началами.»

Как мы видим, рок-музыка оказывает разрушительное воздействие на личность человека. Неслучайно многие солисты рока являются наркоманами и даже открытыми сатанистами.

В институте, в котором В. обучалась, появилась возможность бесплатного доступа к сети Интернет. Что тут началось! Девушка стала прогуливать лекции, резко снизилась успеваемость. Все мысли были поглощены ее кумирами. Она переходила от сайта к сайту (так называемые страницы глобальной сети), выискивая новые подробности личной жизни, вкусов, привычек своих любимцев.

Вскоре институтского времени «блуждания» по сети Интернет ей стало явно недостаточно и В. выискивала любые другие возможности подключения.

Между тем, сфера интересов девушки расширялась. Ее стало интересовать многое. Как говорит В., и «такое, о чем сказать стыдно». Интернет притягивал к себе как магнитом. Она не могла обходиться без него уже ни дня. День был прожит напрасно, полагала В., если не удалось окунуться в это «море увлекательной информации».

Поведение В. заметно изменилось. Она стала очень раздражительной, грубила маме. От частого недосыпания (доступ к Интернет ночью дешевле)

появились головные боли, ухудшилось зрение.

В интернет-кафе, в котором она стала бывать регулярно, появились сомнительные знакомые. Однажды, со слов В., предложили попробовать героин, а «травку», призналась девушка, пробовала и не раз.

«Я думала, — говорила она — что это поможет справиться с усталостью, победить сонливость».

Через год В. была отчислена из института за неуспеваемость. Но и это не отрезвило ее. В «набат» забила мама, понимая, что компьютер (а точнее, страсть) окончательно погубит ее единственную дочь.

Мама называет себя человеком верующим. В. говорит, что в «Бога верую, но в Церковь почти не хожу». Однако она решилась пойти на прием только к православному врачу-психотерапевту.

Слава Богу! В. осознала, что последние два года она жила не в реальном, а в «виртуальном» мире и была в плену своей страсти. Эту страсть очевидно можно именовать **интернетоманией**.

Глядя на образ Пресвятой Богородицы в моем кабинете, она с надеждой спросила:

— А Господь поможет мне?

— Конечно поможет, — ответил я, — для Бога нет ничего невозможного. Надо от всего сердца попросить Его об этом, начать посещать храм, искренне покаяться в своих грехах и иметь твердую решимость не возвращаться к ним.

В. внимательно слушала, и в ее заплаканных глазах, как мне показалось, просиял лучик надежды. Я назначил ей успокоительные средства, сделал еще некоторые рекомендации, и мы расстались, договорившись через неделю встретиться вновь.

Если ребенок плохо спит

Нашему ребенку 4 года. Он плохо спит ночью, ворочается, скрежещет во сне зубами, просыпается и переходит со своей кровати к нам. Что нам делать?

Причин, по которым ребенок плохо спит, может отыскаться немало. Нужно обратить внимание на следующие обстоятельства: здоров ли ваш ребенок, достаточно ли он бывает на свежем воздухе, не перевозбуждается

ли во время игр, не испытывает ли страха темноты, удобна ли ему постель и т. д. Если он посещает детский сад, то важно выяснить, как у него сложились отношения со сверстниками, с воспитательницей. Все эти обстоятельства очень важны.

Бывает и так, что ребенок крепко выспится днем и соответственно хуже спит ночью. Средняя продолжительность сна малыша 3-4 лет — 10—11 часов. Многие дети в этом возрасте обходятся без дневного сна. Если ребенок поспал днем, то интервал между дневным и ночным сном должен быть не менее 3—3,5 часа.

Говоря о рекомендациях, в первую очередь укажу на необходимость придерживаться режима дня. Укладывать ребенка на ночь следует в определенные часы. Некоторое время нужно побыть рядом с ним, перекрестить и благословить его на сон грядущий. Говорите негромко, ласково, спокойно. Он может не захотеть расстаться с вами, испытывая подсознательный страх потерять родителей, остаться в одиночестве. Обнимите его, поцелуйте, сделайте ему уютное «гнездышко», позвольте ему взять с собой в кроватку любимую игрушку. Если в течение дня были какие-то недомолвки, если вы наказывали ребенка, то надо объяснить, за что он был наказан, все простить. Словом, к вечеру ситуация должна быть разрешена.

И помните: здоровый, крепкий сон подает Господь. Православные родители обучают своих детей молитве, крестному знаменю, и малыш не ляжет спать, пока не перекрестится. Он знает, что он защищен, что он не один: с ним Господь, Пресвятая Богородица, ангел-хранитель; сонм святых молится за него, за маму, папу и за всех православных христиан. Ребенок посещает богослужения, причащается Святых Христовых Таин. Его родители — венчанные супруги; его дом освящен во имя Пресвятой Троицы; в его комнате — иконы, распятие, лампадка. С младенцем Божие и родительское благословение, на груди у него нательный крестик, с которым он не расстанется никогда. Вот внутренний и внешний мир ребенка из православной семьи.

Вы спрашиваете, что делать, если ребенок приходит к родителям ночью. Прежде всего надо быть спокойным. Можно предложить ему горшок, а дальше решите: или он остается с вами до утра, или вы переносите его на свое место. И в дальнейшем поступайте каким-нибудь единственным образом.

Что касается скрежета зубами, то он происходит из-за непроизвольного сокращения мышц челюстей и указывает на недостаточную глубину сна, возбудимость ребенка. В целях успокоения нервной системы применяются травы, обладающие седативным действием. Можно рекомендовать прием глицина по 1—2 таблетки в день под язык, ложечку меда на ночь, теплый

душ перед сном.

В храмах имеются в продаже аудиокассеты с замечательными записями житий святых в переложении для маленьких детей. Если дома есть магнитофон, то хорошо включать ребеночку на 20—30 минут кассету с этими душеполезными записями. Ну а если сон не улучшится, то приходите на прием ко мне или другому специалисту.

Синдром тревоги

Врач сказал, что у меня вегетососудистая дистония. Что это за заболевание, чем оно вызвано и как его лечить?

Очень часто к врачу обращаются люди, страдающие распространенным на сегодняшний день недугом, который именуется «нейроциркуляторная дистония» (НЦД) или иначе — вегетососудистая дистония.

В основе этого патологического состояния лежит перенапряжение центральной нервной системы, вызывающее нарушение регуляции сосудистой системы, ухудшение кровоснабжения органов и тканей, трофические расстройства, ухудшение проходимости микрососудов. В специальной литературе дается еще одно название этой патологии — «синдром тревоги». Полагаю, что оно себя вполне оправдывает.

К основной причине, а именно нервному перенапряжению, часто присоединяются другие факторы риска. Среди них хроническая очаговая инфекция (тонзиллит, гайморит, кариозные зубы), травмы головы, последствия острой или хронической интоксикации (в первую очередь алкогольной, а теперь и наркотической). Симптомы недуга связаны преимущественно с нарушением функционирования того или иного вегетативного процесса. Среди них головные боли, головокружения, слабость, утомляемость, излишняя потливость, зябкость, метеочувствительность, неустойчивость артериального давления, ухудшение сна и др.

Наиболее грозными осложнениями этого заболевания являются гипертоническая болезнь, атеросклероз с ишемической болезнью сердца, дистрофия с признаками раннего старения.

НЦД часто развивается у людей, как бы «зацикленных» на своем здоровье. Врачам хорошо знаком термин «ипохондрия», который означает устойчивую фиксацию человека на своем самочувствии, порой переоценку тяжести своего состояния. Так вот, среди страдающих этим заболеванием немало ипохондриков, хотя, конечно, все в одну схему не уложить.

Несомненно, следует относиться к себе разумно, беречь здоровье, ибо оно дар Божий. Вредно лишь все чрезмерное.

Лечится НЦД трудно. Основной упор делается на изменении образа жизни человека. Я бы сказал, что главным врачевством при этом страдании должно стать обретение человеком душевного мира. А как известно, мира на душе без благодати Божией не бывает. Именно мирный дух и спокойная совесть в сочетании с разумным постом, телесным трудом, закалкой организма — слагаемые выздоровления.

Конечно, следует обратиться за помощью и к специалисту, но повторю: медикаменты при этом заболевании играют лишь вспомогательную роль.

Памятный случай

Этот рассказ записан мной со слов пациента. «Родился я в Москве, крещен в младенчестве, но к церкви не был приучен. Рос здоровым, подвижным мальчиком, в школе все схватывал налету, учился всегда хорошо. Поступил в вуз, на экономический факультет. В институте, почувствовав свободу, грешил напропалую, это казалось вполне нормальным.

В конце четвертого курса я вдруг стал чрезмерно разговорчивым, оживленным, не мог усидеть на одном месте и нескольких минут. Спал 2—3 часа в сутки, резко похудел. Через месяц это состояние как-то само собой поутихло, может, от того, что я пил какие-то успокоительные лекарства. Однако к осени того же года все возобновилось, но с точностью «до наоборот»: возникла депрессия, не хотелось жить.

По настоятельной просьбе родителей я обратился к психиатру, и вскоре мне поставили диагноз маниакально-депрессивный психоз. Назначили много лекарств, которые необходимо было пить почти непрерывно. Я страшно тяготился клеймом «сумасшедшего», боялся, что о душевном недуге станет известно друзьям и знакомым.

Примерно в это же время я впервые переступил порог храма. К Богу привела меня болезнь. Батюшка, которому довелось первый раз в жизни исповедоваться, как-то сразу стал мне очень близок. Я начал посещать церковные службы, причащался. Все мне в храме нравилось: и пение, и убранство, и лица богомольцев... Ощущение было такое, что будто после долгой разлуки попал в Отчий дом.

Но потом «завертелся», самочувствие было сносным, и как-то реже стал ходить в храм, к исповеди, а потом и вовсе отошел от Церкви. Закончил институт. Приступы болезни были еще дважды. Пил таблетки, которые выписывал психиатр...

И вот однажды вечером раздался телефонный звонок. Поднимаю трубку и не верю своим ушам — звонит батюшка. Но откуда он узнал номер телефона? Ведь и фамилии-то моей он не знал, и адреса тоже, а лишь одно имя! Вскоре удивление сменилось ощущением такого тепла и покоя в душе, что и не пересказать. Я почувствовал, как подкатывают слезы, а в голове с калейдоскопической скоростью проносились мысли: «Господи! Как же я мог оставить Тебя?! Почему я перестал бывать в храме?!»

Мне стало очень стыдно. Но это были лишь мои чувства. Батюшка поинтересовался, не болен ли я и не нужна ли мне его помощь. Сказал он еще что-то простое и теплое, благословил меня и попрощался. Представляете, он ни в чем меня не укорял, а, напротив, был так добр и приветлив.

Я не спал почти всю ту ночь, много думал. Глядя на иконы, молился и плакал, просил у Господа прощения. Под утро мне пришла мысль о том, что я должен вернуться в Церковь и принести глубокое покаяние. Я где-то читал, что такая исповедь называется генеральной, за всю жизнь. Господь сподобил меня принести такую исповедь. Не буду описывать свое душевное состояние на тот момент, но скажу лишь, что я почувствовал, как будто какая-то глыба рухнула с моей души. И... болезнь отступила. В течение нескольких лет я был практически здоров. Врачи удивлялись и недоумевали: «Как это может быть?»

В дальнейшем я прибегал к помощи психиатров, но той остроты болезненных проявлений, как раньше, не было. Покаяние — это великое благо, дарованное нам Господом. Слава Богу за все!»

За годы работы врачом я, как и многие мои православные коллеги, встречался с дивными, чудесными случаями помощи Божией людям. Господь, Его Пречистая Матерь, святые угодники Божии по вере страждущих людей обильно подают целебную помощь. Собственно говоря, каждый случай исцеления — это великая милость Божия. Только чудом и никак иначе можно назвать преодоление греховных страстей, когда, к примеру, блудник начинает вести целомудренную жизнь, а пьяница или наркоман приходят к глубокой вере, воцерковляются. Не раз я был свидетелем, как покаяние матери приводило к выздоровлению и даже чудесному сохранению жизни ребенка.

За годы врачебной практики я встречался со множеством случаев исцеления от неизлечимых с медицинской точки зрения недугов, тяжелейших заболеваний. Приведенный пример — один из множества подобных. Дивны дела Твои, Господи!

Чудесное возвращение жизни

Как-то после службы довелось услышать рассказ одной прихожанки о чудесном возвращении жизни ее сыну. История эта произошла примерно двадцать пять лет тому назад. Сын этой женщины, находясь в больнице в критическом состоянии с диагнозом «менингит», скончался и пролежал бездыханным несколько минут. Усилия врачей вернуть ему жизнь не увенчались успехом. Лечащий врач вышел из палаты реанимации и, выразив соболезнование, вошел в ординаторскую. Нечего и говорить о том, что испытывала в ту минуту мать.

Но вот что случилось дальше. По коридору в этот момент проходила одна из медицинских сестер. Она была глубоко верующей женщиной. Состояние здоровья больного сына ей было известно, но о том, что он скончался, она не знала. Эта медсестра подошла вплотную к матери и тихо, но очень решительно сказала: «Молитесь Богородице! Просите ЕЕ исцелить сына». Мать умершего, не будучи осознанно верующим человеком, упала на колени и взмолилась Господу и Пресвятой Богородице. В этот момент из ординаторской вышел тот самый лечащий врач. Он увидел пламенную молитву матери и решил еще раз ввести внутрисердечно адреналин. И ... мальчик ожил. Жив и здоров по сей день. Слава Богу! А его мама не только вновь обрела сына, но и крепкую веру!

Девство и «комплекс»

Здравствуйте, доктор! Читала Вашу книгу и решила написать Вам. Я испытываю «комплекс». Мне 21 год. Многие мои подружки уже замужем, имеют детей. Я девственница, а мне говорят, что это старомодное понятие. И что если буду себя беречь, то замуж не выйду. Я понимаю, что блуд — это грех, но как мне быть?

С уважением, Т.

Дорогая Т., не поддавайтесь никакому давлению. Вы совершенно верно написали, что блуд — это грех. А мы уточним, что это смертный грех, ввергающий душу в бездну ада. Только глубокое покаяние и исправление своей жизни воссоединяет такую душу с Богом, Его святой Церковью.

Блуд лишает душу человека благодати Божией. Лишившись благодати, блудник часто лишается и душевного мира. Такие люди очень невротичны, им присуще почти постоянное чувство тревоги. Отчасти поэтому они все время находятся в поисках новых приключений и наслаждений.

Блуд лишает человека возможности любить по-настоящему. Как правило, повинные в этом грехе не могут создать крепкую семью, воспитать

нравственно здоровых детей. Ну а про СПИД, венерические болезни, аборт, бесплодие, думаю, говорить Вам не надо.

Теперь к вопросу об особо «продвинутых» в этом отношении подружках. Как тьма не уживается со светом, так для блудника или блудницы девство является неким укором, тревожит их совесть. Посему лучше бы о нем ничего не слышать и всех мерить на свой аршин.

Брак создан Богом, семья задумана Господом как малая Церковь. Благочестивые девушки-христианки молились Господу, Пресвятой Богородице о даровании им жениха, берегли себя для будущего мужа и украшали себя скромностью, целомудрием, смирением — такое они готовили себе приданое. В старину говорили: «Смиренье — девушки ожерелье». И семьи были, не в пример сегодняшним, крепкие.

ВРАЧЕВАНИЕ ДУШИ: ИСТИННОЕ И ЛОЖНОЕ

На нервной почве ...

«На нервной почве» — это словосочетание в наши дни стало почти крылатым. По утверждению экспертов Всемирной Организации Здравоохранения, 45 % всех заболеваний связано со стрессами, а некоторые специалисты полагают, что этот процент в два раза выше. По другим медицинским данным, половина посетителей поликлиник — это практически здоровые люди, однако, испытывающие действие психоэмоциональных перегрузок.

Специалистам по экстремальным ситуациям и врачам известно, что язвы желудка «открываются» и зарубцовываются в зависимости от взлета и падения кривой психоэмоционального стресса. Кривая колебаний артериального давления подвержена той же закономерности.

Как распознать эмоциональный стресс и его влияние на организм человека? Вот некоторые характерные для него черты: продолжительная, необъяснимая усталость, которая не проходит после отдыха; головные боли, расстройства пищеварения, боли в спине, бессонница; исполнение привычных дел занимает гораздо больше времени, чем раньше.

Огромное количество телесных болезней развивается в результате длительного нервного перенапряжения.

Что еще произрастает на этой почве (нервной)? К сожалению ничего хорошего: ссоры, конфликты, разводы... В последние годы все чаще говорят

о синдроме хронической усталости с сопутствующими ему бессонницей, депрессией, апатией и безразличием ко всему. Добрая половина, а то и более, в структуре болезней, изучаемых психиатрией — это «пограничные» (возникающие на нервной почве) состояния. Их возникновение связывают с конфликтами, переживаниями, неприятностями и т.п.

О том, что по мере возрастания в душе нервозности возрастает и греховность, догадаться нетрудно.

В святоотеческих творениях мы часто видим указания на необходимость хранить душевный мир. «Стяжи дух мирен и тысячи спасутся возле тебя», — говорил великий старец преподобный Серафим Саровский.

К миру, согласию, терпению и взаимопониманию нас постоянно призывает в своих проповедях и обращениях предстоятель Русской Православной Церкви, Святейший Патриарх Алексий II.

Эта глава посвящена вопросам оказания медико-психологической помощи страдающим нервностью людям, а именно психотерапии, которая, по мнению автора, всегда имеет нравственную индикацию. Или она ведет болящего к покаянию, ко Христу. Или — заводит его в тупик, принося душе явный вред и страдания.

Автор этих строк убежден в том, что большая часть психических расстройств, так называемых «пограничных» состояний (неврозы и др.) — это последствия греховного образа жизни, страстей и пороков, укоренившихся в душе человека.

Вместе с тем, я решительно утверждаю, что нехристианская психотерапия, так широко сегодня распространяемая, становится далеко небезобидным, а зачастую губительным способом воздействия на душу человека. «Может ли слепой водить слепого?» — вопрошает святое Евангелие и тут же дает ясный ответ: «Не оба ли упадут в яму» (Лк. 6, 39).

Истинная психотерапия (в переводе с греческого «психе» — душа, «терапия» — лечение, т. е. лечение души), по моему глубокому убеждению, немислима вне святого Православия, немислима вне Христа. Только от благодати Божией душа человеческая просвещается, умудряется и исцеляется.

В России число душевнобольных постоянно увеличивается. Потребление психотропных средств давно вышло из-под контроля медиков и растет год от года. Средства массовой информации регулярно сообщают о леденящих душу фактах: наркомания у школьников, массовые самоубийства, наступление тоталитарных сект и все в том же духе.

Проблема психического здоровья общества из разряда медицинских вырастает в государственную, имеющую опасные для общества социальные

последствия.

О нравственности в современной психотерапии

Как наука психотерапия сложилась в конце прошлого века. В нашей стране в номенклатуре врачебных специальностей она официально значится лишь с 1985 года. Одно из наиболее простых и понятных определений гласит: «психотерапия — это система лечебных воздействий на психику и через психику на организм больного». Отсюда и показания к психотерапии. Считается, что чем больше удельный вес психологических факторов, тем более психотерапия показана.

Если попытаться кратко выразить сущность этого терапевтического направления, то можно сказать, что оно представляет собой лечение словом, утешение и душевную поддержку обращающихся за помощью людей. Такие цели были продекларированы.

Примечательно, что именно в советский период сформировалось это направление медицины. Атеизм не давал душе ничего светлого. Особенно это касалось больных, скорбящих, обездоленных. К тому же врачам стало очевидно, что душевное состояние человека во многом определяет его здоровье. Вот и получился некий парадокс. С одной стороны, наличие души у человека не признавалось и понятие это считалось сугубо идеалистическим, а с другой стороны — в клиниках стали появляться врачи, которые этой самой душе делали попытки помочь.

Основной «инструмент» психотерапевта — слово. Однако психотерапия более призвана не к словесному, но к духовному воздействию на человека. Ибо если за словами ложь, то и пользы никакой не будет. Без живительной силы Духа слово может быть лишь пустым звуком.

В древности говорили, что врачебное искусство держится на трех «китах»: нож, целебная трава и слово. Нож — прообраз хирургии, целебная трава — собирательный образ лекарственных форм, а под словом понимается живое, душевное отношение врача к больному.

Психотерапия — особая медицинская специальность, связанная не столько с лечением в привычном понимании этого слова, сколько с воздействием на личность больного человека, на его душу. Она ставит перед собой благие цели. Однако на практике сложилась тяжелая ситуация, вызванная тем, что, теснейшим образом соприкасаясь с душой человека и пытаясь ее вылечить, эта область медицины оказывается духовно несостоятельной, не имеющей нравственных ориентиров.

Нельзя облегчить душевное бремя другого человека, не имея собственных духовных ценностей. «Может ли слепой водить слепого? Не оба ли упадут в яму?» (Лк. 6, 39).

Врач может иметь докторскую степень, звание профессора или академика, однако это не меняет сути, если вера Христова для него лишь пустой звук. Его усилия не дадут душе нужного ориентира, более того, они могут завести ее в пучину тяжких грехов, и скорби болящего лишь умножатся. Сколько раз ко мне и иным православным специалистам обращались за помощью люди, пострадавшие от горе-психотерапевтов, психоаналитиков, гипнотизеров и др. И подобных фактов, к великому сожалению, становится все больше и больше.

Духовная неопределенность, несостоятельность психотерапии, основанная на нравственном «плюрализме», позволила внедриться в нее огромному количеству оккультных психотехнологий — западных, восточных и «доморощенных», которые можно однозначно назвать душевредными и губительными.

Один из принципов современной психотерапии — «цель оправдывает средства». Зачастую врачи дают «советы», которые вместо пользы несут душе явный вред. Не раз я и мои православные коллеги сталкивались с ситуациями, когда они предлагали пациентам обзавестись внебрачными связями — с целью, якобы, нормализации семейных конфликтов, то есть попросту был рекомендован блуд.

У меня на лечении был пациент, который прежде прошел курс психотерапии у светского психолога. Так вот, со слов моего больного, у него напрочь исчезло покаянное чувство (он лечился по поводу наркомании), которое, как он говорит, было в душе. Так с его душой «поработали»... Вскоре он, конечно же, и сорвался на наркотики.

Человеку советуют лгать или манипулировать людьми, если это принесет ему какую-то выгоду (подобных рекомендаций много в книгах Дейла Карнеги). Уместно будет сказать несколько слов о учении последнего. В советах и рекомендациях Дейла Карнеги нет подлинного сочувствия и любви к ближнему. Человек для Карнеги не образ и подобие Творца, а средство к достижению различных целей (карьера, власть, богатство, успех и т. п.). Искренность подменяется, в лучшем случае, вежливостью; любовь — любезностью. Психология успеха Карнеги — это конформность, способность манипулировать поведением людей, умение произвести впечатление и добиваться внешнего эффекта. А то, что в действительности за этим стоит, автора указанной психотехнологии не интересует в принципе. Автор искусства «завоевывать друзей и оказывать влияние на людей» не вспоминает на страницах своих трудов о Богоподобной сущности человеческой души. Читатель произведений Карнеги нигде не найдет ссылок

и указаний на Священное Писание. Психология Дейла Карнеги — это психология подмены христианских ценностей псевдогуманистическими.

Трагедия современной науки о душе состоит в том, что она потворствует грехам и страстям человека, всячески стремится поднять его самооценку либо делает упор на медитации, психической саморегуляции через состояния измененного сознания.

Н. А. Лайша раскрывает важные аспекты этой темы: «Почему же существует такой хаос в сфере психологических и психотерапевтических услуг, оказываемых населению? Дело в том, что в современной научной психологии и психотерапии нет единого взгляда на природу человека, на источник, побуждающий его активность, на причину возникновения нервно-психических расстройств. Существует больше двадцати (!) основных концепций личности, признанных в современной психологии. И каждая из них имеет своих приверженцев. Однако каждая из концепций личности, по сути своей, есть не что иное, как «психотеология», или «психорелигия», во главе которой стоит свой мощный проповедник. Это мнение Д. Гриндера и Р. Бендлера, основоположников нейролингвистического программирования — одной из самых мощных современных психотехнологий. Автор каждой теории личности, являясь, как правило, атеистом, создает свою «теологию», свою псевдорелигию, свою «веру». Будучи уверенным в истинности своего воззрения на природу человека, в правоте своего мировоззрения, в чистоте своего опыта, он отстаивает свои взгляды, стремится переубедить оппонентов и, став «учителем», основоположником очередного учения, концепции, теории, призывает всех следовать именно за ним».

Интересное и во многом показательное исследование мы провели несколько лет тому назад во время семинара по психологии и психотерапии. Его участникам было предложено вспомнить и записать 10—12 событий последних пяти лет, которые оставили в их памяти наиболее яркий след. Затем эти события распределялись по четырем разделам: здоровье, деятельность, контакты, духовные ценности.

Первый раздел составляли события, связанные со здоровьем, физической активностью, спортом и т. д. Второй — с профессиональной, творческой, научной, педагогической деятельностью, а также самообразованием, увлечениями и т. п. Контакты включали в себя широкий спектр разнообразного общения, от делового до личного. К духовным ценностям относилось все связанное с проблемами религиозности, мировоззрения, впечатления о прочитанных книгах духовного содержания, душеполезных встречах и т. п.

Всего было получено 205 ответов, из которых лишь 4 были отнесены к сфере «духовные ценности», причем лишь в двух случаях речь шла о православной духовности.

Вот такая мрачная картина. Специалистов, призванных врачевать душу, эта самая душа (своя и чужая) как раз меньше всего и интересуется. Психотерапия в нашей стране оказалась в положении ребенка, ввергнутого в водоворот жизни без воспитания и присмотра. И как водится в таких случаях, ребенок чаще всего выбирает не самое лучшее. Можно привести и другую аналогию. Психотерапия оказалась в положении человека, сидящего на мешке с золотом и протягивающего руку за милостыней. Духовность Святой Руси в очередной раз оказалась не востребована, свет Православия не привлек к себе внимания ученых мужей и большинства практиков.

Как справедливо указывает православный психотерапевт В. К. Невярович: «Смещение и размытость границ превратили психотерапию в какой-то аморфный пласт всевозможного суррогата, начиная от укоренившихся гипнотических техник до приемов шаманизма, танцев, сексуально окрашенных трансов и бесплодного мудрствования в отвлеченных сферах».

Святая Православная Церковь во все времена обличала разного рода оккультные, колдовские практики.

В «Книге правил», основанной на решениях Вселенских Соборов и указаниях святых отцов и являющейся сводом церковных православных канонов и догматов, четко и ясно определена эта деятельность как сатанинская, погибельная. И естественно, никакой духовник никогда не посоветует обратиться за помощью к знахарке, гадалке или колдуну.

А вот обратиться за помощью к профессиональному психотерапевту, пожалуй, и благословит. И здесь больного зачастую подстерегает серьезная опасность. Надо понять, что психотерапия немыслима без выражения мировоззрения ее проводящего. Ниже мы подробно остановимся на этой теме.

Подготовка будущих психотерапевтов осуществляется на безнравственной основе. Так, экзаменационный компьютерный тест буквально изобилует всякими непотребностями. Чтобы не быть голословным, приведу пример. На вопрос: «Что бы Вы посоветовали читать больному психастенией для оживления его вялой подкорки?» — правильный ответ: «Произведения Ги де Мопассана». Комментарии, как говорится, не требуются.

Мне известны случаи, когда психотерапевты на курсах усовершенствования и переподготовки совершенно официально изучали приемы шаманов Дальнего Востока.

О психологии, утратившей душу

Следует также сказать, что психотерапия тесно связана с психологией. Последняя во многом формирует мышление психотерапевта, так как дает представление о душевных процессах здорового человека. Почти восемь десятилетий психологическая наука пыталась существовать без Бога. Я вспоминаю лекции по психологии, которые мне довелось услышать за годы обучения, и грустно вздыхаю. «За деревьями не было видно леса», — так можно их охарактеризовать. А если иначе — то за мудреными терминами не проглядывала душа человека. До тех пор, пока я не начал знакомиться с творениями святых отцов, и сам находился как бы в тумане. Умудри нас, Господи!

Психотерапевтические техники являются как бы производным психологических воззрений на природу человека. К настоящему времени в психологии (нехристианской) доминируют три ведущие научные школы, а именно: бихевиоризм, психоанализ и гуманистическая психология.

В основе бихевиоризма было положено суждение о человеке как о животном, отличающимся словесным поведением. Так утверждал один из основоположников этого направления психологии Дж. Уотсон. Понятно, что бихевиоризм есть последовательный материализм. Его терапевтический прием — поведенческая психотерапия.

Психоанализ также рассматривает человека как высокоорганизованную особь, у которой преобладают сексуальность и агрессивность. Зигмунд Фрейд, автор учения о психоанализе, был воинствующим атеистом, утверждавшим, что «религия — это массовое безумие». Психоаналитическая процедура отдаленно может напоминать исповедь, но без покаяния, без Бога. Фрейд не оставил и малого места в личности человека для духовности.

Гуманистическая психология провозгласила главной своей идеей обращение к личности человека. Основными постулатами для этой группы психологов стали стремление к совершенствованию, самораскрытию личности. В конечном итоге эти стремления привели их к мысли, что человек — это начало и конец бытия, а его «Я» имеет абсолютную значимость.

Иерей Михаил Недельский в статье «Психотерапия: соблазн подмены» совершенно точно написал по этому поводу:

«Интеллектуальная трагедия современного человечества заключается в том, что оно начинает рассматривать человека осужденного, больного и смертного, как нормального человека, и выводить из его поведения философские, политические и научные системы, часто претендующих на роль абсолютных и исчерпывающих. Здесь ужасное заблуждение и, даже

более, можно говорить об отклонении мысли вселенского значения. Это как если бы кто-то взял из тюрьмы сумасшедшего, больного, осужденного преступника в цепях, изучил бы его, как если бы он был нормальным человеком, и вывел бы из его поведения и управляющих им физиологических законов, заключение о происхождении человека и об идеальных формах личной, семейной и общественной жизни.

Только Православная Церковь рассматривает человека как бы с Божественной точки зрения, в единстве его бытия, начиная с сотворения его Богом, через грехопадение, смерть, воскресение и бессмертие, и не ограничиваясь лишь его несущественным временным пребыванием на земле в падшем состоянии осуждения и греха».

В настоящее время в психологии набирает силу четвертая «волна». Это так называемая трансперсональная психология. Ее поклонники предлагают с помощью гипервентиляции (усиленного дыхания), гипноза, специально подобранной музыки и применения некоторых психотропных препаратов осуществлять «очищение души». Губительность и мерзость этой, с позволения сказать, процедуры даже не хочется комментировать.

Из вышесказанного можно сделать такой вывод: какова теория, такова и практика, то есть современная психотерапия.

Один из авторов Британской энциклопедии в 70-х годах писал: «Бедная, бедная психология, сперва она утратила душу, затем психику, затем сознание и теперь испытывает тревогу по поводу поведения».

Названные психологические школы развивались в странах Западной Европы, но теперь активно переключаются в Россию и на все постсоветское пространство, увлекая за собой умы отечественных психологов и психотерапевтов, воспитанных в духе атеизма и материализма. Христианская православная психология пока только-только возрождается. Какой путь изберут отечественная психологическая наука и психотерапия? Вопрос этот остается открытым.

Православная психология (краткий конспект)

О важности изучения православной психологии иеросхимонах Сампсон (Сиверс) писал: «...предмет «Православная психология», который анализировал бы психологию страстей греховных, склонности к ним, виды их проявлений, корни их и происхождение, и невольно бы научал пастырей быть лекарями грехов и пороков кающихся, и смог бы наглядно-убедительно приводить к покаянию, которое не есть осознание наименованиями греха священнику на исповеди, но есть жительство, перерождение сердца с

принесением плодов осознания греха».

* * *

«Всякий, изучавший психологию научную (мирскую), желая приступить к изучению психологии святоотеческой, должен быть готовым встретить между ними большую разницу.

Ученые психологи в миру, сами будучи душевно-плотскими людьми, изучают всегда душевно-плотских людей и только под душевно-плотским углом зрения. Они настолько погрузились в плотность, что изучение психических явлений с помощью психометрических методов и разных машин стали считать высшим достижением науки. Эта поразительная узость мирозерцания и рабское подчинение материалистическому направлению, которые делают их подобными каторжнику, прикованному по рукам и ногам цепями к своей тачке, в данном случае — разными «авторитетами» и «духом времени», не дают им возможности увидеть и поверить, что существует, кроме их аудиторий и экспериментальных институтов и кабинетов, еще другая жизнь, где царит свобода духовной мысли, — жизнь, наполненная сиянием вечного дня и благоуханием небесных откровений...

Святоотеческая психология, динамичная, в высшей степени живая, рассматривает дело в широком масштабе приснодвижущегося духа — духа, разорвавшего путы и оковы мира, борющегося со своими и его страстями и перешедшего грань материализма.

Ученые психологи не знают и не подозревают ни тех чувств, ни тех настроений, которыми горит подвижник. Даже движения собственных страстей: гордости, тщеславия, неверия, плотоугодия, — ими не изучаются, а уж, кажется, чего бы проще и естественнее.

А психология святоотеческая — это откровение новой жизни. Это проникновение в такие уголки и глубины человеческого духа, которые никакому психологу со всеми его тонкими инструментами не под силу. Вхождение в изучение святоотеческой психологии — это вхождение в необозримое и бездонное море духовных откровений и осияний.

Итак, ученые в уме, чувстве и воле видят лишь один определенный аспект — греховный, противоестественный; для них самих, впрочем, нормальный.

Святые же отцы, когда рассуждают о разумной, раздражительной и вождевательной силах души, рассуждают не только в отношении плотского человека, но и борющегося со страстями, и даже святого. Они изучают духовную жизнь в трех срезах (духовном, душевном, плотском), по трем сторонам (способностям), сразу с девяти точек зрения! Я не говорю уже про бесчисленные переходы между ними и оттенки. Вот это-то каждому и

надо иметь в виду при изучении аскетических писаний. Этим-то аскетика и отличается от школьно-университетской психологии».

Епископ Варнава (Беляев)

Замечательные примеры психологических наблюдений имеются в творениях святых отцов. У святителя Феофана Затворника читаем о человеке, который не в состоянии управлять действующими внутри него силами, следующее: «Разум заоблачен, мечтателен и отвлечен, потому что не удерживается сердцем и не правится волею; воля своенравна и бессерда от того, что не слушает разума и не смотрит на сердце; сердце неудержимо, слепо и блажно, потому что не хочет следовать указаниям разума и не отрезвляется силою воли. Но мало того, что силы сии потеряли взаимную помощь, они приняли некоторое враждебное друг против друга направление, одна отрицает другую, как бы поглощает ее и снедает...» По словам святителя Феофана, «внутренний мир человека-грешника исполнен самоуправства, беспорядка и разрушения».

Психотерапия: православный подход

Протоиерей Григорий Дьяченко в одной из своих богословских книг, издававшихся для мирян в начале века и переизданных теперь, написал строки, которыми можно определить суть православной психотерапии: «Исповедуйте друг другу свои согрешения», — сказал святой апостол Иаков. Что же делаем мы из этой заповеди? Нам говорят, что достаточно исповедоваться Богу через таинство покаяния. Чтобы быть прощенным — да, без сомнения. Но кроме сего вы увидите, что в сущности человека заключается тайная, но настоятельная потребность быть прямо на виду у человека.

Свет видит только наружную и поверхностную сторону нашей жизни, сторону, под которой она представляется в благоприятном виде. Но бывают минуты, когда требуется, чтобы открылась действительность, объявилась сущность этой жизни, чтобы по крайней мере один из подобных нам знал все то, что скрывает в нас нужда и искушения. На это нас толкает не откровенность, но глубокая потребность быть понятым, облегченным, утешенным; и разве мы не знаем, сколько благотворного и спасительного в подобных признаниях? Разве мы не знаем, что некоторые искушения, окружающие нас, неопределенные и смутные, теряют свою силу и прелесть от одной только передачи их словами? Разве мы не знаем, сколько может дать нам силы и утешения выслушивающее, понимающее нас благовоспитанное сердце?..

Найдет ли он его у вас, брат мой? Найдет ли он милосердие, готовое выслушать его настолько, чтобы хранить его признание? Найдет ли он то

серьезное внимание, которого никто не чуждается и которое одно лишь заслуживает доверия?»

Однако, к сожалению, ныне христиан среди психиатров и психотерапевтов — меньшинство. Психотерапия, пытающаяся различными способами помочь мятущейся душе, насчитывает сегодня порядка тысячи психокоррекционных техник, но количеством качества не подменить. Истинное излечение от душевной скорби может произойти только через покаяние, которое требует духовных усилий и непривычно для немалой части наших современников, в том числе и врачей. В этой связи становится понятно, почему разнообразные рациональные и эмоциональные терапевтические воздействия оказываются далеко не всецельны и приносят лишь временный эффект.

Уверен, что психотерапия, проводимая по принципу «потерпите, все пройдет», в большинстве случаев просто недопустима.

Приведу лишь несколько примеров. Женщина средних лет потеряла единственного сына. Горе, слезы, безысходность и отчаяние не покидали ее ни на день с момента автокатастрофы, которая произошла два года тому назад...

Еще пример. Молодой еще человек, перенесший в свои тридцать восемь лет два инфаркта миокарда...

Не так давно в состоянии выраженной тревоги ко мне обратился один очень состоятельный предприниматель пятидесяти двух лет от роду. Он сообщил мне, что не хочет больше жить, так как не видит смысла в своей жизни. В течение последних восьми лет он был трижды женат на женщинах вдвое младше его, нажил немалый капитал, и вот такой плачевный итог.

Есть тема практически запретная в светской медицине и психологии. Тема смерти. О смерти предпочитают умалчивать. Наука здесь бессильна. Тяжелых больных постоянно подбадривают: «все будет хорошо», «все будет нормально». В этой лжи и умирает человек. Умирает не подготовившись, без покаяния, без духовного завещания.

Для православного человека памятование часа смертного — одно из главных дел жизни. С юных лет христианин просит у Господа безболезненной, мирной, непостыдной кончины и доброго ответа на Страшном Судилище.

Когда читаешь о кончине праведников и святых, то не горем, а умилением и отрадой наполняется душа...

Для врача, посвятившего себя психотерапии, важно иметь собственные духовные ценности, которые бы определяли его работу с пациентами. Без собственной, добавим — православной, духовной платформы он не сумеет

отличить ситуационные (психосоциальные) и биологические причины заболеваний от экзистенциальных, мировоззренческих. Если же на приеме окажется человек, душа которого стремится обрести Господа, то православный психотерапевт должен помочь ему в этом.

Врач, конечно, не подменяет собой священника, он лишь предшествует ему, иногда представляя собой «заслон», препятствующий пациенту впасть в еще большие искушения и грехи — пьянство, блуд, самоубийство. Цель православного пастырства — спасение души, а православной психотерапии — врачевание души.

Священник и врач, в данном случае, соратники Богу в деле душепопечения.

Нашей задачей, то есть задачей врачей, посвятивших себя православному врачебному душепопечению, является возрождение духовных традиций в медицине и психологии. Нам надо крепко держаться веры Православной и делиться этим спасительным сокровищем с нашими пациентами, любить их и носить их тяготы.

Святоотеческое наследие — основа православной психотерапии.

В святоотеческом учении содержится все необходимое и для врачевания души и для ее спасения. Поэтому не обратиться к этой духовной сокровищнице было бы и неразумно и грешно.

Отличительной чертой православной психотерапии является христианское милосердие, сострадательность в сочетании с умением пользоваться психотерапевтическими и медицинскими познаниями.

Святителю Луке (Войно-Ясенецкому) принадлежат следующие слова, касающиеся психотерапии: «Психотерапия, состоящая в словесном, вернее духовном воздействии врача на больного, — общепризнанный, часто дающий прекрасные результаты метод лечения многих болезней». Здесь следует выделить очень важный акцент: суть психотерапии заключается, действительно, более не в словесном, а в духовном воздействии. Ибо не одухотворенное живительной силой духа слово есть пустая форма, шелуха.

Консультативный прием в православной, или, как часто мы называем, святоотеческой, психотерапии, это прежде всего встреча во Христе. Даже если пациент не христианин, православный врач не рассматривает эту встречу как случайность. Но православный врач должен также с величайшим благоговением отнестись к душе такого человека и сделать все, что в его силах.

Больные психотерапевтического профиля — это совершенно особенный контингент. Их страдания нередко связаны с моральными конфликтами, семейными проблемами, переживаниями после тяжелых болезней,

духовными поисками. В глаза врачу, как правило, смотрит человек, который испытывает дефицит любви, взаимопонимания, поддержки со стороны близких. К специалисту он обратился тогда, когда душа буквально заполнена переживаниями. Иногда переживания трансформируются в тяжелые соматические симптомы, различные боли, онемения, другие нарушения.

Нередко пациенты сами спрашивают меня о смысле жизни, видя в моем кабинете иконы, лампаду, святоотеческие книги. И тогда тем, у кого открыто сердце к вере, я рассказываю о Православии, о христианском понимании смысла жизни, смысле страдания, болезни.

Лечебное психотерапевтическое воздействие должно, на мой взгляд, иметь иерархию целей: от ближайших (успокоить, вселить надежду, устранить симптомы заболевания) до главных — внутренний рост и развитие, обращение к непреходящим ценностям. В противном случае психопрактика может стать небезопасным манипулированием душами людей или принесет лишь «косметический» эффект.

По моему глубокому убеждению, психотерапия, когда это возможно, должна стать «мостиком» в Православие. Я искренне радуюсь, видя некоторых из числа своих бывших пациентов в храме. Впоследствии, если они и заходят в кабинет к психотерапевту, то чаще всего только в гости, ибо обретают их души Всемогущего Целителя — Господа Иисуса Христа.

Поделюсь еще одним примером. В течение трех лет я работал в реабилитационном отделении кардиологической клиники. Мне предстояло проводить психологическую реабилитацию больных после инфаркта миокарда. Люди, которые приходили на прием, а это были в основном мужчины трудоспособного возраста, не находили себе места. Настроение их было подавленным, на глазах часто появлялись слезы. Другие — недоумевали, находились в растерянности и не верили происшедшему с ними. Еще бы: 45—50 лет, обилие планов, проектов. А тут такая тяжелая болезнь — инфаркт. От одного этого слова многие вздрагивали, на коже появлялись мурашки.

По инструкциям, как врачу-психотерапевту и психиатру, мне следовало проводить диагностику психических аномалий и лечить с помощью медикаментов и психологического воздействия. Различными исследователями установлено, что даже спустя 6—12 месяцев от возникновения инфаркта у 90% пациентов обнаруживается депрессия. Причины ее стойкости, как показали наблюдения, связаны с утратой смысла жизни, крахом надежд.

Детально ознакомившись с литературой по вопросу психологической реабилитации инфарктных больных, я уловил одну тенденцию, которую можно обозначить как уход от действительности, сглаживание острых углов или отвлечение. Конечно, успокоиться необходимо, но что дальше? Такие

вопросы я задавал себе очень часто.

Желающим пациентам я стал читать поучения святых отцов. Мы прослушивали православные песнопения, встречались с духовенством. К большой радости всех нас, кардиологическая клиника располагалась прямо возле стен Введенского собора. Некоторые больные по возможности посещали богослужения, готовились к Исповеди и Святому Причащению. Бывало и так, что больной поступал на лечение в очень тяжелом состоянии. Затем — этап реабилитации. А перед выпиской домой он исповедовался и причащался. Слава Богу!

Воронежский доктор В. К. Невярович метко определяет, что «процесс психотерапевтической беседы можно сравнить с неким поступательным движением. Картой, с которой мы сверяем правильность нашего курса, является Евангелие, а целью — Сам Господь наш Иисус Христос. Начало движения — то место и состояние больного, в котором он пришел на прием».

Московский православный психотерапевт Н. Д. Гурьев, работая с пациентами, подводит их в процессе психотерапии к принятию тезиса о том, что «счастье человека зависит от его нравственности». Подробно о методике Н. Д. Гурьева можно прочитать в его книге «Страсти и их воплощение в болезнях».

Н. А. Лайша, православный психотерапевт из Белоруссии, долгое время исследовал проблему мотивации (побуждения) как психологической категории и пришел к выводу, что во многих случаях поведением человека движут страсти. Именно они в своей глубинной основе подталкивают человека к греховным поступкам. Отсюда, кстати, становится понятно, почему вокруг так много конфликтного, нелепого, необдуманного, злобного. Как много в нашей жизни противоречит элементарной логике и здравому смыслу.

Доктор мед. наук О. Г. Сыропятов совершенно верно указывает на то, что «православная антропология диаметрально противоположна психотерапевтическим подходам к человеку. Если для новейшей волны психотерапии характерно использование психотехник для «трансформации личности», то по учению Церкви человек на своем пути к соединению с Богом никогда не теряет личностного, хотя и добровольно отказывается от своих природных наклонностей. Духовная жизнь всегда сознательна, тогда как бессознательность, на чем строят свои системы большинство психотерапевтических школ, есть признак тьмы и греха.»

Очень важно правильно оценить не только жалобы пациента или характер конфликтной ситуации, но и предшествующее этим событиям душевное состояние, поведение человека. Таким образом, важнее иной раз бывает оценить не сами жалобы, а «контекст» обстоятельств жизни, приведших к ним. С этой целью мы просим пациента во время первой встречи назвать

несколько значимых для него событий жизни последних 3—5 лет и прокомментировать их устно или письменно.

Структура беседы с первичным пациентом схематично может быть представлена следующим образом: знакомство; выяснение внутренней картины болезни; обсуждение актуальных проблем; подведение итогов.

Пациентам нашим прежде всего надо дать любовь и душевное тепло. А знания нужны для того, чтобы эту любовь лучше приложить. Душевное немирствие, потеря самообладания, безволие... именно с этого происходит множество неприятностей, ссор, конфликтов, болезней, семейных нестроений и тому подобное. Всего и не перечислить. Задача врача заключается в том, чтобы пациент обрел мир с собой, а через это и мир с Богом.

Одной из важнейших задач православной психотерапии является содействие человеку (пациенту) в осознании им психологических страстных механизмов болезни или конфликтной ситуации.

Трудно переоценить роль православной психотерапии в реабилитации страждущих наркоманией, алкоголизмом. Основной задачей психотерапевтических мероприятий будет формирование у страждущих отношения к наркомании, пьянству как к греховным недугам.

Подводя итог, можно сказать, что только та психотерапевтическая помощь будет по-настоящему действенной и полезной, которая ведет ко Христу и проводится православным врачом или психологом, кающимся и исправляющим свою жизнь. В этом случае слово специалиста будет подкрепляться благодатной силой Божией и утешит болящего, укажет дорогу к Тому, Который — Истина, Путь и Жизнь! Психотерапия может помочь человеку лучше понять себя, свое душевное устройство, глубже оценить ту или иную конфликтную ситуацию, успокоиться и т. п. Однако никакой психотерапии не под силу преодолеть в душе человека грехи и страсти, это, при условии его духовных усилий, возможно только Господу.

Оппоненты говорят: православной психотерапии быть не может; верующий врач не может навязывать свои религиозные убеждения другим людям, так как имеют право на существование другие религиозные учения. Вопросы эти нелегкие. Выскажу свое мнение. Мне видится, в данном случае, такое решение вопроса. Если врач-психотерапевт верующий, православный человек, то его душепопечительская практика будет основываться на христианских ценностях. И в его лечебном арсенале не будет медитативных техник, гипнотических трансов и тому подобных приемов, несущих разрушение душе пациента. Понятно также, что говорить о вере и духовности православный врач будет с теми людьми, которые хотят об этом услышать. Убежденно веруя в то, что Истина только одна — и она только в Святом Православии, верующий доктор не станет предлагать на «пробу»

догматы других конфессий и религий. Таким образом у православного врача и будет православная психотерапия.

Психотерапия, как выше уже было определено, специфический вид лечебной помощи, ибо в фокусе ее теории и практики душа человека. Естественно, что православный человек стремится в этом случае обратиться на прием к православному врачу. Укажу еще и на то обстоятельство, что православные в России — это основной культуuroобразующий слой нашего общества, это миллионы людей. А нам, православным врачам неустанно твердят: «Вы не имеете право! Вы не должны! Вы пытаетесь ограничить науку рамками библейских представлений!...» Но, позвольте, почему? Ведь если на приеме у верующего врача верующий пациент, то почему же им следует скрывать друг от друга свои убеждения. А бывает и так: увидев в кабинете иконы, лампадочку, больной и сам просит, чтобы ему рассказали о вере, Церкви, и разговор приобретает совсем иное содержание. Думается, что пора признать нравственно-религиозное направление в медицине, а именно православную психотерапию.

«Церковь и медицина: психическое здоровье человека» — под таким девизом в Минске в мае 2000 года прошли Минские Епархиальные Чтения с приглашением духовенства и специалистов врачей, психологов, социальных работников не только Белоруссии, но России и Украины. В резолюции, которую мы подготовили, подчеркиваются следующие обстоятельства:

«Психиатрия, психотерапия и медицинская психология, включающие в свои названия категорию души («psyche»), являются теми разделами медицинской науки, которые обязаны исследовать нравственные причины нервно-психических и психосоматических болезней. Мы свидетельствуем о прямой причинно-следственной связи безнравственных (греховных) форм поведения и нервно-психических расстройств.

Мы — участники Минских Епархиальных Чтений «Церковь и медицина: психическое здоровье человека» высказываем озабоченность

- стремительным ростом нервно-психических расстройств, алкоголизма, наркомании;
- последствиями деятельности деструктивных тоталитарных сект и оккультной практики;
- повсеместной экспансией различных западных и восточных деструктивных психотехнологий;
- характером оказываемой психологической и психотерапевтической помощи, которая по сути является преимущественно антихристианской и деструктивной по своим последствиям для личности;

- подготовкой специалистов в области охраны психического здоровья населения без учета православных духовно-нравственных ценностей».

Ниже приводятся основные принципы православной психотерапии, разработанные совместно с православным психотерапевтом В. К. Невяровичем.

Дай, Господи, нам мудрость и силы, чтобы врачевать недуги душевные во славу Твою!

Основные принципы православной психотерапии

1. Исповедание Православной веры и привнесение ее спасительной Истины и духовной чистоты в лечебный процесс. Психотерапевты, соприкасаясь с душой своего подопечного, должны иметь чувство благоговения, ибо каждый человек — обладатель величайшего дара Божиего — святости души, которая есть образ и подобие Творца.

2. Базирование психотерапевтической деятельности на святоотеческом наследии. Обучение пациентов необходимым навыкам в аспектах самопознания, духовного совершенствования и нравственного воспитания. Содействие в воцерковлении больных и страждущих.

3. Исключение из лечебной работы методов, связанных с насилием над личностью, ложью, лицедейством, оккультно-мистических, механистических психотехник (типа программирования, кодирования и прочих) и иных душевредных воздействий.

ПИСЬМА КОЛЛЕГ

Уважаемый Дмитрий Александрович!

С большим интересом прочитала Вашу книгу «Из дневника православного психиатра». Я работаю детским психологом. Приходится решать много разнообразных проблем, связанных со страхами, тревожностью, агрессивностью детей, с так называемым отклоняющимся поведением. Большинство семей, с которыми мне приходится работать, неверующие. Некоторые из них готовы принять веру, я это чувствую и

стараясь им в этом помочь. Но

другие, еще большие нуждающиеся в помощи, очень далеки от истинной веры и либо готовы верить во все подряд, либо являются убежденными атеистами. А помочь надо всем.

Сама я окончила факультет психологии МГУ, еще будучи человеком неверующим. Православную веру я обрела позже. И так получилось, что мои профессиональные знания и мировоззрение плохо связаны между собой. Надеюсь на сотрудничество.

С уважением, Л.

** * **

Уважаемый Авдеев Д. А.!

Ваша книга у меня в руках. В настоящее время я обучаюсь по специальности «Социология и психология» и через несколько месяцев должна получить диплом с правом практического применения.

С самого начала я пришла учиться психологии с желанием не выходить за рамки православных канонов, мне это обещали, но сейчас, когда у нас проходит практика, то выяснилось, что у меня душа не принимает все «это» в прямом и переносном смысле!

Я хотела бы работать в православной методике, соответствующей уважительному отношению к человеку. Ваша книга для меня как знамение! Вы могли бы посоветовать мне что-то в теоретической части? Методической? У меня самой есть некоторые мысли по этому поводу. Я собираюсь писать диплом о связи психологии и Православия.

И извините, конкретный вопрос о моем трудоустройстве после получения диплома... С моим 100%-ным неприятием американских психопрактик мне трудно будет найти себе работу. Я считаю, что западные системы должны сильно перерабатываться с учетом русской специфики и добавлением православных аспектов.

Г.М.

** * **

Уважаемый коллега!

Пишет Вам психотерапевт из Грузии К. Коротко о себе: в своей психотерапевтической практике сполна испил чашу всей сатанинской смеси: прельщенный сначала гипно- и суггестотерапией, позже отверг их под влиянием еще большего мракобесия — психоанализа. Умудрился даже

защитить диссертацию, где мало-мальски сведущему человеку не составило бы трудности узреть в авторе адепта фрейдовского учения.

А все это для того, что бы через несколько лет прежние увлечения (читай — грехи) захоронить перед исповедным аналоем и оставить за стенами православного храма. И слава Богу!

** * **

Уважаемый коллега!

С большим интересом и душевной радостью прочел Вашу книгу. В ней во многом отражено то, о чем я размышлял в последние годы, — важнейший вопрос о духовности в медицине.

Несколько слов о себе. Мне 46 лет, в 1978 году окончил 4-месячные курсы усовершенствования по психотерапии на кафедре профессора Филатова А. Т. в городе Харькове и с тех пор занимаюсь психотерапией. 12 лет работал психиатром-наркологом, а последние 10 лет — психотерапевтом в общесоматической больнице.

Искал «духовность» в йоге, различных восточных и западных культах, но, слава Богу, стал православным христианином. После воцерковления мне стало настолько тесно в современной психотерапии, где 90% методик не подходят православному врачу, что серьезно встал вопрос об уходе из психотерапии. Однако меня на это не благословили. И вот читаю у Вас: психотерапия — мостик к Православной вере. Отрадно и радостно читать о том, о чем сам много размышлял.

Сейчас действительно в нашей стране идет напряженная борьба за методы и направления, которые примет наша психотерапия. Будет ли ее стержнем православная духовность, либо плюрализм новомодных школ поставит нас по разные стороны баррикад. Пока все говорит о преобладании последнего. Вижу еще две очень важные задачи на своем врачебном приеме: подвести человека к истинам Православия; разъяснить и предостеречь пациентов от многочисленных оккультных новомодных псевдолечений (так как именно к психотерапевту чаще всего обращаются с такими вопросами).

** * **

Спаси вас, Господи, дорогие коллеги за ваши отклики, за ваш труд, желание поработать во славу Божию и на помощь ближним!

Комментарий священника-психолога

Какими же видятся сегодня пути подлинной профессионализации психолога и одухотворения самого психологического знания? Первый

вопрос — это характер отношения психолога к другому человеку. Психолог-практик, психолог-теоретик и психолог-экспериментатор — все они, приступая к человеку, должны иметь чувство, которое пока совершенно чуждо большей части нашей ученой публики. Даже само это слово, можно сказать, неизвестно. Но я дерзну его произнести. Это чувство благоговения. Благоговению пред человеком чужда сентиментальность. Каждый, любой человек (даже человек «последний») является обладателем великого сокровища — святыни души, образа Божия, который неуничтожим принципиально, к которому нужно подходить крайне бережно и осторожно, не считая себя вправе хозяйничать в чужой душе, наводить там свои порядки (а именно так подходят к проблеме большинство именуемых себя психотерапевтами, и в этом отношении — корень всех преступлений современной психотерапии).

У психолога такое знание о человеке может проявиться только тогда, когда он сам для себя отыщет среди современной душевной тьмы Свет Христов. Путь возрождения души для каждого триедин: 1) обогащение сознания Православным духовным смыслом в процессе раскрытия для себя богатейшего знания о душе, невидимом мире, грехе как причине душевных кризисов, стрессов, надломов и болезней; 2) покаянное чувство в Боге (не надо путать с обычным раскаянием или сожалением о содеянном); 3) воцерковление, устроение личной жизни по заповедям Божиим. Проще говоря, направление своей жизни ко Христу. В этом некое условие, благоприятная почва для осуществления нравственного действия на своих пациентов.

Задача психолога (если он желает помочь пришедшему к нему человеку, привести его к Истине, а не к своей «уникальной» личности) указать дорогу к храму. Один святой сказал, что благоговение состоит из двух начал: страха и радости. Страх, опасения, как бы не навредить душе этого человека. Ведь этот человек имеет свой путь жизни. Поэтому сначала «не вреди», а потом «помоги». И второе — радость, радость от того, что сейчас между двумя людьми произойдет встреча. Два слова о так называемой психологической помощи. Здесь все просто. Если психолог в вышесказанном смысле смог «помочь» самому себе, то он (в той или иной мере, конечно) может помочь и другому. Если же внутренняя и личная жизнь самого психолога несостоятельна, греховна, то не надо и браться помогать другим. Врач! Исцели самого себя (Лк. 4, 23). Известен только один путь определения, могу ли я «помогать» людям. Это получить благословение своего духовника.

ПРИМЕРЫ ГУБИТЕЛЬНОГО ПСИХИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ

Медитация и йога

Медитация — это средство саморазвития и самосовершенствования, применяемое в восточных мистических практиках. Вот как выглядит использование медитации в йоге. Классическая йога состоит из восьми последовательных ступеней, которые затрагивают практически весь «арсенал» телесных и душевных функций. Медитация активно используется на двух последних ступенях. Седьмая ступень «дхияна» обучает йога способности созерцать один и тот же объект, не отвлекаясь, в течение длительного времени (собственно медитация). А восьмая ступень, именуемая «самадхи» ведет обучившегося медитации йога к «поглощению «я» абсолютным сознанием», которое, по учению йоги, увенчает труды «подвижника» блаженством и подаст «духовное видение», то есть способность ясно различать правду и ложь.

Священник Владимир Елисеев в книге «Православный путь ко спасению и восточные и оккультные мистические учения» пишет по этому поводу: «Медитация и плоды ее — это не духовное видение, в котором исчезает слепота духа; это практика ложных образов и ощущений, которыми еще более этот дух ослепляется, ибо попадает в ловушку необычайных и затягивающих переживаний, откуда он и сам уже не хочет выйти. В медитации нет прикосновения Святого Духа, как нет и покаяния — этого необходимого условия духовного видения. Без покаяния нет очищения от греха, а в неочищенную душу не войдет Дух Святой, ибо сказано: «В лукавую душу не войдет премудрость и не будет обитать в теле, порабощенном греху, ибо Святой Дух премудрости удалится от лукавства и уклонится от неразумных умствований, и устыдится приближающейся неправды» (Прем. Солом. 1, 4-5).

Нужно также уяснить следующее. Путь йоги — это искание Бога в себе. Проповедующие йогу индусы отрицают Божественное откровение в том смысле, как его понимают христиане. По их убеждению, откровение идет не из какого-то особого источника, но оно есть раскрытие высшего «я» в самом человеке. Следуя этим воззрениям, учителя йоги, как и индуизма, внушают своим ученикам, что они частицы самого божества и при определенном усердии можно добиться святости и могущества.

Как явствует из вышесказанного, йога — это антихристианство. Священник Родион в книге «Люди и демоны» очень точно сравнивает утверждения йогов с мыслями возмечтавшего о себе Денницы, который пал с неба и стал сатаной (Ис. 14, 14).

Христианин уповает на Господа, на Его милость и благодать, но отнюдь

не на собственную немощь и грехи.

Некоторые люди занимаются йогой и медитацией, по их мнению, только ради физического совершенствования. Иеромонах Серафим (Роуз) детально исследовавший этот вопрос, однозначно утверждает, что занятия этими «восточными премудростями» только ради телесного здоровья уже подготавливают человека к определенным духовным воззрениям и даже переживаниям, о которых он, несомненно, и не догадывается. Мне приходилось встречаться с тяжелыми нарушениями психики у людей, длительно занимавшихся йогой и медитацией.

Психоанализ Фрейда

Лечиться Фрейдовским психоанализом не следует. Человек воспринимается Фрейдом как необузданная высокоорганизованная особь, у которой доминируют идеи сексуальности и агрессивности. Эти идеи формируют поведение человека, мотивируют поступки. Вытесненные сексуальность или агрессивность приводят к болезням, неврозам. Осознать их — значит решить все проблемы. А за осознанием Фрейд одобрял и соответствующие действия. К примеру, он утверждал, что «свобода половых связей между юношами и «приличными» девушками необходима — в противном случае общество станет жертвой неизлечимых неврозов, которые сведут наслаждения, получаемые от жизни, до минимума, разрушат супружеские отношения и вызовут наследственную катастрофу в целом грядущем поколении» (П. Н. Будзилович, статья «Область медицины или новая религия»).

Современная «либерализация» секса открыла дорогу темным противоестественным извращениям. Это — не просто следствие «гуманистической терпимости», но и продукт влияния психоаналитических доктрин.

Напомним, что Зигмунд Фрейд был воинствующим атеистом, утверждавшим, что «религия — это массовое безумие».

И вот к такому человеку, точнее к его «научному наследию», обратили умы тысячи людей. Среди них, в первую очередь, психологи, философы, психиатры, психотерапевты, студенчество. Созданы психоаналитические ассоциации, издаются специальные журналы, выходят книги и статьи. Прискорбно, что и в России ширится число последователей Фрейда.

Что представляет собой психоаналитическое лечение? Оно может отдаленно напоминать исповедь, но без покаяния, без Бога. В течение нескольких лет клиент выносит на «суд» психоаналитика свои переживания, воспоминания и т. п. Сеанс длится около часа и стоит немалые деньги. Затем психоаналитик интерпретирует сказанное клиентом. И так из раза в раз. Духовность подменяется суррогатом, а человек все дальше и дальше уходит

в эту пучину. Примечательно, что среди последователей Фрейда оказался необыкновенно высоким процент лиц со всевозможными половыми извращениями.

Видеть в человеке только бессознательное, сексуальное, агрессивное — значит невероятно умалить, упростить и извратить человеческую сущность, углядеть в ней только негативное, не понимать высшего предназначения человека, смысла его жизни и устремления в вечность.

Гипноз

К великому сожалению, гипноз широко используется официальной медициной, врачами-психотерапевтами. Есть среди последних те, которые применяют гипноз по религиозному невежеству. Иные — считают себя атеистами. Есть и сознательные служители злу.

Православию чужды методы, насильственно воздействующие на личность. Адепты применения гипнотических трансов говорят об открытии особых психосоматических каналов во время использования гипноза, о влиянии на психику человека, минуя критику («без тормозов»), о раскрытии резервных возможностей организма, о потрясающих терапевтических эффектах.

Как специалист, я с уверенностью заявляю, что никаких исключительных эффектов нет. А если и бывает какая-то «польза» от гипноза, то неизвестно, как она еще аукнется в будущем... Точнее, известно, и даже с определенностью. Об этом гипнологи, в лучшем случае, и не помышляют.

Гипноз — это насилие над душой человека. К примеру, в 3-ей стадии гипноза сомнамбул (загипнотизированный) во всем беспрекословно подчиняется своему «гуру»: может видеть, слышать, ощущать несуществующие предметы, людей (галлюцинации); может не чувствовать боли; обнажать потаенные мысли, чувства, желания. Кстати, есть так называемый эффект постгипнотического внушения. Это когда указания гипнолога выполняются спустя определенное время после проведения сеанса.

Насколько оправдано лишать человека критики и рассудка, даже на короткое время, даже с благой, казалось бы, целью? Оправдания этому нет. Человек — величайшая тайна, и нам грешным просто не дано знать и видеть, что испытывает душа в гипнотическом состоянии, что происходит в глубине человеческого духа. Ни один святой не прибегал к тому, чтобы исцелять человека в измененном состоянии сознания. Кротко и смиренно угодники Божии являли дар целительства людям, который стяжали от Господа за

святость жизни.

Следует сказать, что гипноз со временем приобретает роль наркотика. Одни и те же люди ходят от гипнотизера к гипнотизеру, стремятся чаще испытывать «необыкновенные» состояния. Как жаль этих людей! И как преступно поступают те, которые приводят их к подобной зависимости.

В последние годы в специальной литературе появилось много публикаций, свидетельствующих о дезорганизации психической деятельности человека после частого применения к нему глубокого гипноза.

Оптинские старцы о гипнозе

«Ужасное дело этот гипноз. Было время, когда люди боялись этого деяния, бегали от него, а теперь им увлекаются... извлекают из него пользу» (преподобный Нектарий).

«И ведь вся беда в том, что это знание входит в нашу жизнь под прикрытием как будто могущего дать человечеству огромную пользу» (он же).

«Гипноз — злая, нехристианская сила» (преподобный Варсонофий).

«Если же вы, оставив Бога, прибегнете к магнетизму — противоестественному средству, — то я уже ничего не могу вам сказать» (преподобный Макарий).

Влияние гипноза на детей

Приведу лишь один пример. Профессор В. Лебедев сообщает: «Обследовано 2015 школьников, 93% были вовлечены в сеансы Кашпировского. Во время сеансов отмечаются навязчивые движения, истерические реакции, галлюцинаторные феномены и другие психические нарушения. У 42% был отмечен гипнотический сон, после сеансов у 7% детей выявлены различные формы психической дезадаптации. Четко наметилась тенденция повышения внушаемости и рост истерических реакций. В результате телесеансов некоторые дети впадали в состояние каталепсии при виде только фотографии Кашпировского».

***Аутогенная
(как вид самогипноза)***

тренировка

С позиции православной духовности занятия аутотренингом недешево полезны. Автор этого метода психотерапии немецкий ученый и практик Иоганн Шульц. В тридцатых годах нашего столетия доктор Шульц на основе своих впечатлений от пребывания в Индии и знакомства с йогой, синтезировал нечто подобное для европейцев и предложил свой метод для профилактики и лечения большого спектра заболеваний, а также с целью психической саморегуляции душевного состояния. Характеризуя суть

аутогенной тренировки, следует сказать, что она не способствует сокровенной работе по внутреннему очищению, борьбе с пороками и страстями. Убаюкивающее саморасслабление — скорее уход от действительности, иллюзия благополучия. О смирении и трезвении, как основе душевного мира, не упоминается. Важно помнить, что метод имеет йоговские (читай буддийские) корни.

Все сказанное относилось к первой ступени аутогенной тренировки. А далее, когда человек обучается релаксации, ему предлагается освоить приемы, связанные с искусственным вызыванием каких-то образов или картин. Основа второй ступени — чувственное воображение. Святые отцы предостерегают нас от разного рода чувственности, мечтательности, фантазирования. Таким образом, метод аутогенной тренировки надо отложить за ненадобностью и в виду опасности повредить своей душе.

Трансовые состояния

В настоящее время в психотерапии огромное количество техник, использующих трансовые (сходные с гипнотическим) состояния. К примеру существует (о ужас!) так называемая реинкарнационная психотерапия. Ее потребители, находясь в трансе, вспоминают свои «прежние жизни» (они пишут эти слова без кавычек) и пытаются найти в них причины своих проблем. Активно развивается так называемая трансперсональная психотерапия. Если не вдаваться в подробности и сказать просто и ясно, то это будет выглядеть так: сначала поклонники такой психопрактики входят в транс, а потом общаются с бесами.

О кодировании

Знайте: кодирование и иное ему подобное воздействие на душу и тело человека — это бесовщина.

Французское слово «код» происходит от латинского — «начертание». В процессе кодирования через это начертание (ритуальное) к человеку привлекаются бесы, которые отныне и будут «помогать» ему не пить водку, или не курить, или будут «сушить» его — «помогать» худеть.

Святое Евангелие говорит о необходимости в качестве условия исцеления покаяния страждущего для прощения грехов. О покаянии эти «лекари» и не вспоминают.

Пьянство, которое возбуждается бесами при собственном слабоволии и безответственности, не пройдет без молитвы и поста, без сокрушения сердечного, без спасительных Таинств Церкви. Гипнологи и кодировщики не придают этому никакого значения.

Метод кодирования был широко разрекламирован в средствах массовой

информации, а его главные исполнители жаждут признания и славы. Некоторые из них откровенно называют себя «чудотворцами», людьми «особой миссии». Этим псевдоцелителям и неведомо, что дар исцелений Господь подавал подвижникам веры, делателям непрестанной молитвы, смиреннейшим из смиренных.

Известно также, что святые отцы и жены, имевшие этот небесный дар, проводили жизнь свято. Кодировщики же и не помышляют о святости и благочестии.

Врагу нашего спасения, в конечном итоге, даже не важно — пьет человек или нет (отчасти этим объясняются некоторые случаи «выздоровлений»). Важно другое: к кому обращается человек за помощью — к Богу или к сатане?

А как страдают эти закодированные люди? Ведь грех так и остался в их душах нераскаянным. Он может лишь поменять свой облик. Отсюда у них частые депрессии, жуткая раздражительность, тревога. Нередко возникают тяжелые соматические заболевания. И удивляться, как видно из сказанного выше, не приходится. Сторонитесь такого «целительства» и отговаривайте от него тех, кто будет с вами советоваться по этому поводу.

И еще. Если взять в руки практически любую светскую газету, то в ней обязательно отыщется реклама или информация по лечению алкоголизма. Основа многих новомодных методик (не говоря об откровенно оккультных) — эффект «плацебо».

Эффект «плацебо» можно объяснить таким образом: какому-либо индифферентному веществу (предположим, сахарной пудре) или медицинским процедурам приписываются свойства сильнодействующих лечебных средств. И больной верит в действие этих средств, и выздоравливает (или улучшается его самочувствие).

Однако, алкоголизм — не та болезнь, при которой уместно злоупотреблять эффектом плацебо. Ведь если человеку, скажем, запретить пить под угрозой смерти или тяжелой болезни (как это делают кодировщики), то воздержание от алкоголя в данном случае — совсем не исцеление.

Закодированный пребывает в жутком напряжении душевных сил. Такое, с позволения сказать, «лечение» приносит людям явный вред и страдания.

Для исцеления от недуга пьянства нужна не пустышка (перевод термина «плацебо»), но покаяние, душевное преображение, внутренний рост.

Нейролингвистическое программирование

(НЛП)

Если быть кратким, то сущность НЛП можно представить следующим образом: вначале происходит «подстройка» к человеку (с помощью голоса, позы, дыхания), затем на человека наводится трансовое состояние, а далее начинается психическое программирование или перепрограммирование посредством введения той или иной необходимой информации. Нечто подобное есть и в магической оккультной практике. Причем человек, с которым все это проделывается, ничего и не замечает.

Деятельность экстрасенсов

Буду краток. В части случаев те, кто использует так называемое экстрасенсорное воздействие, — это просто шарлатаны, которых интересует лишь коммерческая сторона вопроса. Другая часть этих «целителей» — сознательные служители злу, возможно имеющие определенную степень посвящения и являющиеся, безусловно, проводниками бесовских воздействий. Но независимо от того, у кого «пользует» человек свое здоровье, он совершает тяжкий грех. Ибо за помощью обращается не к Богу, а к сатане. Увы, сейчас немало людей, прельщенных всевозможной рекламой, обращаются к разного рода экстрасенсам. Чаще всего это происходит по религиозному невежеству, но это не снимает с человека ответственности за свой поступок! Болезни, в том числе и психические, или какие-то проблемы, по поводу которых человек обращается к экстрасенсу, лишь усиливаются, так как лукавый есть лжец и отец лжи. Если наметится какое-либо «улучшение» самочувствия, то это лишь иллюзия, не более того. Наша задача, задача православных врачей, еще и еще раз напомнить: экстрасенсы, колдуны, маги — служители сатаны!

Приемы психологического воздействия, осуществляемые в сектах

Во-первых: лидеры секты осуществляют жесткий контроль за каждым членом секты (его социальными связями, окружением). Постепенно происходит «выдавливание» человека из его привычной среды и изоляция от людей, не принадлежащих секте (родные, друзья и т. д.).

Во-вторых: во время собраний и совместных молитв духовные лидеры той или иной секты используют определенные психовоздействия, изменяющие состояние сознания людей по типу гипнотического транса. Также происходит мощное воздействие на подсознание человека. Для этих целей используется, к примеру, нейролингвистическое программирование.

То есть личностью манипулируют, а эффекты психотехник выдают за «нисхождение благодати».

В-третьих: почти в каждой секте имеется свой специфический язык, термины. Такой язык затрудняет общение с адептами секты и делает их невосприимчивыми к попыткам переубеждения обычными словами.

В-четвертых: принцип «доктрина выше личности». То есть не поощряется и даже запрещается анализировать личный опыт. Главное — твердо и непоколебимо верить в то, что является догмами секты.

В-пятых: «свои — друзья, чужие — враги». Смысл этого тезиса, думаю, понятен.

Существует и множество других уловок, удерживающих человека в секте. Это лишь краткий перечень возможных механизмов «зомбирования» личности.

Ко всему сказанному добавим, что часто имеют место материальные «привязки»: либо в секте одолжили какие-то деньги на жизнь (что бывает нечасто) и нет возможности вернуть долг, либо — сам человек добровольно пожертвовал свое имущество и порвать с сектой означает для него оказаться на улице.

«Яблоко от яблони недалеко падает»

Отдельный разговор о мировоззрении и нравственности лидеров основных психотерапевтических направлений. Зигмунд Фрейд покончил жизнь самоубийством, попросив доктора Шора дать ему яд. Его последователь Юнг был страстным поклонником оккультных опытов и практик. Фредерик Перлз, основатель гештальт-психотерапии в своей автобиографической книге «Внутри и вне помойного ведра» пишет, что гештальт-терапия имеет много сходного с дзен-буддизмом, одним из главных постулатов которого является вседозволенность. Основоположник трансперсональной психотерапии, которая представляет собой откровенный шаманизм, Станислав Гроф, предложил метод усиленного дыхания под ритмическую музыку. Как следствие наступал транс, подобный шаманскому. Доктор Милтон Эриксон, разрабатывая приемы так называемого недирективного гипноза, описывает эффективные способы зомбирования. Основоположающим руководством адептов нейро-лингвистического программирования является книга «Структура магии». Этот перечень можно продолжать и продолжать.

КАК ПОМОЧЬ СТРАЖДУЩЕЙ ДУШЕ

Духовная лечебница

Единственно правильный путь к исцелению от нервно-психической болезни и обретению душевного мира лежит через истинную Православную веру, покаяние и исправление своей жизни согласно заповедям Божиим. Главное для человека — понять греховные истоки своего заболевания, глубоко осознать свою немощь, возненавидеть демонические грехи гордости, тщеславия, гневливости, уныния, лжи, блуда, захотеть изменить себя, с искренним покаянием обратиться ко Господу.

Безусловно необходимым для больных является посещение православных богослужений, особенно в воскресные и праздничные дни, и участие в Таинствах Церкви. В молитве, которую священник читает перед исповедью, есть такие слова: «Пришел еси во лечебницу духовную, да не неисцелен отыдеши», то есть «пришел в духовную больницу, да не уйдешь неисцеленным». Прибегать к Святым Таинствам надлежит с сокрушением сердечным, глубокой верой и упованием на милость Божию.

Обязательно надо читать Священное Писание, особенно Евангелие, и исполнять заповеди Христовы, которые в нем содержатся.

Неоценимую помощь оказывает святоотеческая литература, в которой даны идеальные образцы для подражания, показано истинное предназначение человека, величие нравственной красоты, терпение и стойкость при встрече с трудностями.

Необходимо выработать неусыпное внимание по отношению к самому себе. Святитель Игнатий (Брянчанинов) писал: «Душа всех упражнений о Господе — внимание. Без внимания эти упражнения бесплодны, мертвы».

Обязателен постоянный самоконтроль, в том числе надо следить за своими мыслями, ибо всякому дурному делу обычно предшествует дурная мысль. Следует решительно отсекал все отрицательное, греховное, мерзостное, не вступать ни в какие беседы с греховными помыслами, а немедленно обращаться с молитвой за помощью ко Господу, испрашивая у Него помощи и поддержки.

Следует избегать всевозможных «надумок», фантазий, бесплодного воображения, особенно чувственного характера. Помните евангельское: «Но да будет слово ваше: да, да; нет, нет; а что сверх этого, то от лукавого» (Мф. 5, 37).

Все происшедшее надо принимать как случившийся факт, а не мучить себя бесполезной борьбой с призраками. «Что случилось, то случилось,

Господи, да будет воля Твоя».

Надо стараться с Божией помощью развивать в себе кротость и смирение, для чего необходимо никогда не повышать, без крайней на то нужды, голоса. «Голос повышает гордец, самохвал, самовлюбленный мертвец и Богом оставленный» (старец Сампсон Сиверс). Нельзя позволять себе употреблять грубые и нецензурные слова, визжать, кого-либо высмеивать.

Во всем, что бы ни случилось, следует обвинять только самого себя, тогда в душе установится уравновешенность, душевный мир и спокойствие. «Если бы все укоряли себя, то водворился бы мир, — писал архиепископ Арсений (Жадановский), — самоукорение дает нам спокойно переносить оскорбления, не чувствовать их». Надо считать себя вполне достойным промахов, критики, ошибок, падений, более того, осознавать себя хуже и недостойнее других. В этом случае действительно исчезает всякое желание гневаться на кого-либо из окружающих.

Важно избавиться от привычки многословить, спорить по пустякам, вступать в словопрения.

«Входить в спор всегда нежелательно» (митрополит Филарет (Дроздов)).

«Господствуй над языком, чтобы не умножить грехов твоих» (преподобный Антоний Великий). «Кто хранит уста свои, тот бережет душу свою» (Прит. 13, 3). «Воздержание языка показывает человека мудрого» (преподобный Авва Исаия).

Надо обязательно отказаться от всего лживого, нарочитого, театрального, от всякого притворства, преувеличения, неискренности, то есть всего греховного, даже в мелочах.

Очень важно понять разницу между плачем о грехах, рождающем в сердце мир и покой, и невротическим «самоедством», которое лишь усугубляет страдание и разрушает душу.

И, конечно же, необходимо по возможности оздоровить свой образ жизни.

(По книге «Нервность: ее духовные причины и проявления», совм. с В. К. Невяровичем).

СВЯТЫЕ ОТЦЫ И ПОДВИЖНИКИ БЛАГОЧЕСТИЯ О ТЕРПЕНИИ СКОРБЕЙ И МИРЕ ДУШЕВНОМ

Надо всеми мерами стараться, чтобы сохранить душевный мир и не возмущаться оскорблениями, но переносить их равнодушно, так, как если бы они не касались нас. Такое упражнение может доставить нашему сердцу тишину и сделать его обителью Св. Духа.

Преподобный Серафим Саровский

Бог не попускает нам искушение выше силы нашей. В хрустальный или стеклянный сосуд легко ударяет мастер, чтобы не разбился, а в серебряный и медный крепко бьет; так немощным легкое, а крепким тягчайшее попускается искушение.

Святитель Тихон Задонский

Безмерная скорбь о грехах, доходящая до отчаяния, отвергается по учению св. отцов. Скорбь эту должно растворять надеждою на милосердие Божие: должно вместе печалиться и надеяться, печалиться, потому, что мы грехами своими прогневаем Бога, удаляемся от Бога. Надеяться, потому что мы имеем Всесильного врача для грехов наших, Господа Иисуса Христа, пролившего за нас кровь Свою.

Преподобный Амвросий Оптинский

Господь недостаток наших добрых дел восполняет или болезнями, или скорбями.

Святитель Димитрий Ростовский

Добро ли нам кто-нибудь сделает или злое потерпим от кого-нибудь, мы должны взирать горю и благодарить Бога за все случающееся с нами, всегда укоряя самих себя и говоря, как сказали отцы, что если случится с нами нечто доброе, то это дело Божия промысла, а если злое, то это грехи наши, ибо поистине все, что мы ни терпим, терпим за грехи наши. Святые если и страдают, то страдают за имя Божье, или для того, чтобы обнаружились добродетели их на пользу многим, или для того, чтобы умножились венцы и награды их от Бога.

Преподобный авва Дорофей

Сколько душа может вместить в перенесении скорбей, столько вмещает и благодати Божией.

Старец Александр Гефсиманский.

Старец Алексей Зосимовский говорил: «Не ропщи, детынька, не надо, если бы Господь забыл тебя или не был к тебе милостив, то жива-то не была бы; только ты не видишь Его милостей, потому что хочешь своего и молишься о своем, а Господь знает, что тебе лучше и полезнее. Молись всегда, конечно, об избавлении тебя от скорбей и от грехов твоих, но под конец молитвы всегда добавляй, говори Господу: «Обаче, Господи, да будет

воля Твоя».

+ + +

Исцеляя болящих, Господь обычно говорит при том: «Прощаются тебе грехи твои». Отсюда можно делать заключение, что, по большей части, болезни нам посылаются в наказание за грехи. Посему-то, когда нас поражают болезни, нам следует не скорбеть, а радоваться, так как они искупают наши грехи.

Если человек проникается сознанием, что в его жизни все делается по воле Божией, и никогда этого не забывает, то всякие неудачи и превратности жизни легко переносит, понимая, что все это посылается Господом для его же пользы или для искупления грехов, и посему постоянно сохраняет спокойствие духа и жизнерадостность.

Из поучений архиепископа Александра
(Толстопятова)

Потерпите обиды, укоризны, несправедливость, понесите тяготы друг друга, хотя, чтобы ими восполнить недостаток делания духовного, надо сознать себя достойным всяких оскорблений и скорбей («достойное по делам нашим приемлем»).

Вам известно, что в последние времена будут спасаться скорбями. Разве мы исключены из этого закона? Недаром Св. Отцы советовали чаще (ежедневно по многу раз) вспоминать о смерти, о суде, о необходимости дать отчет Господу за каждое слово, дело, помышление, за лукавство, за привязанность к миру, за тщеславие, за все тайное, ведомое только Господу да нашей совести.

Игумен Никон (Воробьев)

По творениям святителя Игнатия (Брянчанинова)

Слово утешения к скорбящим инокам*.

Чадо, говорит Писание, аще приступавши работати Господеви Богу, уготови душу твою во искушение; управи сердце твое, и потерпи. Все, елико нанесено ти будет, прими, и во изменении сердца твоего долготерпи (Сир. 2, 1.2.4).

Скорби были от начала века знаменем избрания Божия. Они были знаменем богоугождения для патриархов, пророков, апостолов, мучеников, преподобных. Все святые прошли тесным путем искушений и скорбей,

терпением их принесли себя в благоприятную жертву Богу.

И ныне святым душам попускаются, по воле Божией, различные напасти, чтоб любовь их к Богу открылась во всей ясности.

Ничего не случается с человеком без соизволения и попуска Божия.

Христианин, желающий быть последователем Господа нашего Иисуса Христа, и соделаться по благодати сыном Божиим, рожденным от Духа, прежде всего должен положить себе за правило, вменить себе в непременную обязанность благодушное терпение всех скорбей: и телесных страданий, и обид от человеков, и наветов от демонов, и самого восстания собственных страстей своих.

Христианин, желающий благоугодить Богу, более всего нуждается в терпении и твердом уповании на Бога. Он должен непрестанно держать это оружие в мысленной деснице: потому что лукавый враг наш, диавол, со своей стороны, употребляет все средства, чтоб во время скорби ввергнуть нас в уныние, и похитить у нас упование на Господа.

Бог никогда не попускает на истинных рабов своих искушения, превышающего их силы. *Верен Бог*, говорит святой Апостол Павел, *Иже не оставит вас искустися паче, еже можете, но сотворит со искушением и избытие (избавление) яко возмощи вам понести* (1 Кор. 10, 13).

Диавол, будучи создание и раб Божий, озлобляет душу не столько, сколько хочет, но сколько дозволено будет Богом.

Если человекам известно, какую тяжесть может носить различный вьючный скот: то тем более бесконечная Божия Премудрость ведает, какой меры искушение прилично каждой душе.

Скудельник знает, сколько времени должно держать в огне глиняные сосуды, которые, будучи передержаны, распадаются, а будучи недодержаны, негодны к употреблению: тем более знает Бог, какой силы и степени нужен огонь искушений для словесных сосудов Божиих — христиан, чтоб они соделались способными к наследованию Царства Небесного.

Отрок неспособен к отправлению служений в мире: он неспособен к управлению домом, к возделыванию земли и к прочим житейским занятиям. Так часто и души, будучи уже причастницами Божественной благодати, но не искушенные скорбями, наносимыми от злых духов, не свидетельствованные этими скорбями, пребывают еще в младенчестве, и, так сказать, неспособны к Царству Небесному.

Аще без наказания есте, говорит Апостол, *ему же причастницы быша еси: убо прелюбодейчици есте, а не сынове* (Евр. 12, 8).

Искушения и скорби ниспосылаются человеку для его пользы: образованная ими душа делается сильною, честною пред Господом своим. Если она претерпит все до конца в уповании на Бога: то невозможно ей

лишиться благ, обещанных Святым Духом, и совершенного освобождения от страстей.

Души, будучи преданы различным скорбям, явным, наносимым человеками, или тайным, от восстания в уме непотребных помыслов, или телесным болезням, если все это претерпят до конца, то сподобляются одинаковых венцов с мучениками и одинакового с ними дерзновения.

Мученики терпели напасти от человеков. Они охотно предавали себя на мучения, оказывали до самой смерти мужественное терпение. Чем разнообразнее и тяжелее был подвиг их, тем большую стяжевали они славу, тем большее получали дерзновение к Богу. Иноки терпят напасти от злых духов. Чем большие напасти наносит им диавол, тем большую славу они получают в будущем веке от Бога, тем большего утешения они сподобятся от Святаго Духа здесь, во время земного странствования, среди самых страданий своих.

Тесен и прискорбен путь, ведущий в живот вечный; мало ходящих по нему; но он — неотъемлемое и неизбежное достояние всех спасающихся. Не должно уклоняться с него! Всякое искушение, наносимое нам диаволом, будем претерпевать с твердостью и постоянством, взирая оком веры на мздовоздаяние, уготованное на небе.

Каким бы ни подвергались мы скорбям во время земной жизни, они никак не могут быть сравнены с благами, обещанными нам в вечности, или с утешением, которое дарует Дух Святой еще здесь, или с избавлением от владычества страстей, или с отпущением множества долгов наших, — с этими неминуемыми следствиями благодушного терпения скорбей.

Недостойны страсти нынешнего времени, т. е. нынешние временные страдания ничего не значат, говорит Апостол, *к хотящей славе явится в нас*, т. е. в сравнении с славою, которая откроется в нас при обновлении нас Святым Духом (Рим. 8, 18).

Мужественно претерпим все ради Господа, как следует претерпеть храбрым воинам, не страшащимся и смерти за Царя своего.

Почему мы не подвергались таким и толиким огорчениям, когда служили миру и житейским попечениям? Почему теперь, когда приступили служить Богу, подвергаемся многообразным бедствиям? — Знай: за Христа сыплются на нас скорби, как стрелы. Пускает их на нас враг наш, диавол, чтоб ими отмстить нам за вечные блага, которые уповаем и стараемся получить, — вместе, чтобы расслабить наши души печалию, унынием, леностию, и тем лишить нас ожидаемого нами блаженства.

Христос невидимо сражается за нас. Этот крепкий и непобедимый Заступник наш разрушает все козни и ухищрения врага нашего.

Сам Он, Сам Он, Господь и Спаситель наш, шел во время всей земной жизни Своей по тесному и прискорбному пути, — не по другому какому. Он

был постоянно гоним, претерпел многие поношения, насмешки и напасти, наконец, бесчестную смерть на кресте между двумя разбойниками.

Последуем Христу! Смиримся подобно Ему! Подобно Ему не откажемся прослыть льстецами и умоисступленными: не пощадим чести нашей, не отвратим лица от заплеваний и ланит от заушений; не будем искать ни славы, ни красоты, ни наслаждений, принадлежащих миру сему; совершим земное странствование, как странники, не имеющие где главу подклонить; примем, примем поношения, унижения и презрение от людей, как неотъемлемые принадлежности избранного нами пути; будем явно и тайно бороться с помыслами гордыни, всеусильно низлагать эти помыслы нашего ветхого человека; ищущего оживить свое «я» под различными правдоподобными предложениями. Тогда Сын Божий, сказавший *вселюся в них, и похожду* (2 Кор. 6, 16), явится в сердце нашем, и дарует нам власть и силу связать крепкого, расхитить сосуды его, наступить на аспида и василиска; попрать их**.

Отвергнем ропот, отвергнем жалобы на судьбу нашу, отвергнем сердечную печаль и тоску, от которых слабые души страдают более, нежели от самих скорбей. Отвергнем всякую мысль о мщении и воздаянии злом на зло. *Мне отмщение, Аз воздам*, сказал Господь (Рим. 12, 19).

Хочешь ли переносить скорби с легкостью и удобством? — Смерть за Христа да будет вожделенна тебе. Эта смерть да предстоит непрестанно пред очами твоими. Умерщвляй себя ежедневно воздержанием от всех греховных пожеланий плоти и духа; умерщвляй себя отвержением своей воли и отвержением самооправданий, приносимых лжеименным разумом и лукавой совестью ветхого человека; умерщвляй себя, живо представляя себе и живописуя неминуемую смерть твою. Нам дана заповедь последовать Христу, взяв крест свой. Это значит: мы должны быть всегда готовы с радостью и веселием умереть за Христа. Если так устроим себя, то легко будем переносить всякую скорбь, видимую и невидимую.

Желающий умереть за Христа, какой напасти, какого оскорбления не претерпит великодушно?

Нам представляются тяжелыми наши скорби именно оттого, что не хотим умереть за Христа, не хотим в Нем одном заключить все наши желания, все наши надежды, весь наш разум, все наше достояние, все существование наше.

Стремящийся последовать Христу и быть сонаследником Его, должен быть ревностным подражателем страданий Его. Любящие Христа и последователи Его обнаруживают и доказывают свой сокровенный залог тем, что претерпевают всякую ниспосылаемую им скорбь не только с благодушием, но и с усердием, и с ревностью, и с радостью, и с благодарением, возлагая на Христа все упование.

Такое терпение — дар Христов.

Этот дар примет тот, кто испросит его смиренной и постоянной молитвой у Христа, доказывая искренность желания получить бесценный духовный дар терпения принуждением и болезненным насилием нехотящего сердца к терпению всех встречающихся и случающихся скорбей и искушений***. Аминь.

[*] Эта статья заимствована преимущественно из 7-го слова преп. Макария Великого. См. главы 13—18.

[**] Преподобный Макарий. Слово 4, гл. 15.

[***] Святой Исаак Сирский, Слово 37.

ДУХОВНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ САМОПОМОЩЬ

Очень важным на путях психологической самопомощи является *правильная оценка больным причин собственных падений и грубых промахов* (по В. К. Невяровичу). Нередко мы пытаемся оправдать себя и искать причины в других людях или внешних обстоятельствах. Святоотеческая мудрость учит никогда не заниматься самооправданием, ибо человек по природе своей себялюбив и всегда найдет способ исказить в доказательство своей невиновности истинное положение вещей (например: пусть я погорячился и нагрубил, но я ведь тоже живой человек, а вот он должен бы был... и т. д., постепенно все более убеждая себя в виновности другого и оправдывая себя).

Вместо самооправдания правильнее обвинить себя, искренне попытаться разобраться в причинах падения, которые обычно кроются в себялюбии, тщеславии и особенно в гордыни. «Где совершается падение, там прежде водворяется гордость; ибо гордость есть предвестница падения» (преподобный Никодим Святогорец).

Другим из действенных психологических приемов является *рационализация*. Прежде всего надо успокоиться, помолиться; потом взять чистый лист бумаги, авторучку и внимательно, трезво проанализировать сложившуюся затруднительную или конфликтную ситуацию, выписать главные причины столкновения и возможные пути решения этого конфликта, взвесить все «за» и «против», усмотреть нужды и тревоги всех участников сложившегося недоразумения, найти верные доводы в пользу выдержки,

самообладания, смирения. Попутно можно разглядеть некоторые ранее не замеченные обстоятельства, существенные психологические нюансы. Завершающим этапом рационализации должно явиться принятие определенного решения, так как чем дольше будет сохраняться неопределенное, двойственное отношение к конфликту, тем труднее его разрешить, а стало быть, и восстановить душевное равновесие. Враг нашего спасения всегда пытается лишить нас душевного мира, запутать, склонить к унынию. Будем помнить это и трезвиться.

Предусмотрительность. Несмотря на все многообразие жизненных событий, многие из них неоднократно повторяются и представляют собой как бы некое «клише». По опыту известно, что можно «спотыкаться», терять душевный мир или впадать в прегрешения регулярно, в одних и тех же ситуациях. Поэтому надо заранее готовить себя к трудностям, важным разговорам, встречам, ответственным шагам. Всего, конечно, учесть невозможно, но многое можно предусмотреть. Причем готовиться следует не только размышлением, но и молитвой, беседой с духовником, его советом и благословением. Святитель Феофан советует: «Утром, по молитве, сядь и расчисли, что тебе необходимо делать в продолжение дня, где быть, с чем и с кем встречаться, и применительно тому наперед определи, что где помышлять, что сказать, как держать свою душу и тело и проч. Это значит, что истинный христианин должен сам держать себя в руках, сам заведовать всеми движениями своей души, а не позволять им происходить самим собою, как бы без его ведома. Он должен быть сам владыкою всего внутри его происходящего, владыкою своих сил».

Переключение — простой и эффективный прием. Кому не известно, как приятно прогуляться по лесной тропинке, послушать пение птиц, полюбоваться луговыми цветами. Одному доставляет радость работа на даче, другому — встреча с друзьями и вечер, проведенный в сердечном и душеполезном общении, и т. д. Умение отдыхать с пользой для души — премудрость, которая стоит того, чтобы ею овладеть.

Уединение и безмолвие. Совершенно необходимо каждому из нас время от времени уединяться (хотя бы на полчаса), побезмолвствовать, привести в порядок мысли, помолиться в тишине; отключиться от повседневных забот, побыть наедине с Богом и с самим собой.

Хорошо прогуляться с молитовкой на устах и миром в сердце, можно заняться рукоделием или почитать.

Терпение скорбей. На практике удавалось с Божией помощью утешить скорбящего человека таким образом. Ему предлагалось представить себе последний день своей земной жизни и оценить свои переживания с этой точки зрения. Нередко подобный совет оказывался полезным.

Рецепт духовный

святителя Игнатия (Брянчанинова)

Присылаю вам рецепт духовный и советую вам употребить предлагаемое лекарство по несколько раз в день, особливо в минуты усиленных страданий, и душевных и телесных. Не замедлится при употреблении вынаружение силы и целительности, сокровенных во врачевстве, по наружности своей самом смиренном.

Уединясь, произносите неспешно, вслух самому себе, заключая ум в слова (так советует святой Иоанн Лествичник) следующие:

«Слава Тебе, Боже мой, за посланную скорбь; достойное по делам моим приемлю: помяни мя во Царствии Твоем!»

Должно произносить молитву крайне неспешно. Сказав молитву однажды, несколько отдохните. Потом опять скажите и опять отдохните. Продолжайте так молиться минут пять или десять, доколе не ощутите вашу душу успокоенною и утешенною. Причина этому ясна: благодать и сила Божия заключается в славословии Бога, а не в красноречии и многословии. Славословие же и благодарение суть делания, преподанные нам Самим Богом, — отнюдь не вымысел человеческий. Апостол заповедует это делание от лица Божия (см. 1 Сол. 5, 18)*.

О необходимости самопознания.

«Кто сподобился увидеть самого себя, тот лучше сподобившегося увидеть ангелов» (св. Исаак Сирий).

«Познай самого себя, что ты смертен и тлен» (св. Симеон Новый Богослов).

«Тот только и знает себя наилучшим образом, кто думает о себе, что он ничто» (свт. Иоанн Златоуст).

«Авва Пимен сказал: хранение самого себя, внимание к самому себе и рассуждение — вот три добродетели, путеводительницы души» (Древний Патерик, с. 17).

«Без величайшего наблюдения над собой невозможно преуспеть ни в одной добродетели» (свт. Игнатий Брянчанинов).

«Положи примету, и непрестанно входи сам в себя, и смотри, какие страсти, по твоему замечанию, изнемогли пред тобой, какие истребились и совершенно оставили тебя, какие начали умолкать вследствие выздоровления души твоей, а не удаления только того, что возбуждало их, и

какие научился ты одолевать разумом своим, а не одним лишением себя причины страсти» (преп. Серафим Саровский).

«Надо уметь разделять себя на самого себя и врага, кроющегося во мне» (свт. Феофан Затворник).

* * *

Бессонница. Подробнее остановимся на бессоннице, поскольку жалобы на нее встречаются у большинства больных, страдающих невротическими расстройствами. Сон — это чуткий нравственный барометр. Он изменяется (ухудшается, улучшается) в зависимости от нашего духовного и душевного состояния. Плохо спится после недобрых разговоров, терзающих душу грехов. Хороший, крепкий сон подает Господь.

Тем пациентам, у которых открыто сердце к вере, мы повторяем хорошо известные истины: необходимо молиться утром и вечером (по опыту известно, что, если по какой-то причине пожертвуешь молитвами на сон грядущий — пожертвуешь и крепким сном), крестить перед сном комнату и постель, пить освященную воду и кропить ею жилище, читать Евангелие, призывать на помощь святых и ангела-хранителя, пригласить в дом священника освятить жилище, если оно не освящено. А самое главное — исповедоваться и причащаться Святых Христовых Таин. Многие люди, начавшие так поступать с верой и упованием на Господа, чувствуют значительное улучшение самочувствия и приобретают душевный мир.

Психологические советы могут быть такими. Во-первых, позвольте себе не спать, не загружайте себя мыслями о сне и его скорейшем наступлении. Ведь зачастую человек больше страдает не от бессонницы, а от переживаний по этому поводу. Поздний вечер — время спокойных дел и неторопливых разговоров. Погуляйте перед сном, откажитесь от обильного ужина, проветрите комнату. На ночь можно выпить 1/2 стакана теплой воды и съесть чайную ложку меда. Примите теплый душ или погрейте в ванной ноги.

Оздоровительные советы и рекомендации

Несколько слов по поводу употребления медикаментов при неврозах (транквилизаторов, антидепрессантов). В случае невротических состояний, когда симптомы недуга напрямую зависят от психологических причин и обстоятельств жизни, медикаменты играют вспомогательную роль, ослабляя внутреннее напряжение и притупляя остроту жалоб. Их назначают обычно на непродолжительный период. Главным условием выздоровления будет поиск

оптимального решения конфликта, а в духовном плане — смирение и покаяние.

Хорошо помогает фитотерапия, то есть использование в лечебных целях лекарственных растений. Однако заметим, что она не устраняет причин возникновения невротических состояний и является лишь хорошим симптоматическим (устраняющим симптомы) средством.

Традиционно используются корень валерианы, мята перечная (листья), хмель (шишки), пустырник (трава), сушеница (трава), боярышник (цветы), ромашка аптечная, плоды тмина.

Вот примерный перечень успокоительных средств, которыми можно пользоваться самостоятельно — они отпускаются без рецепта: экстракт валерианы (или настойка), валерианахель, персен, глицин, экстракт пустырника (или настойка), ново-пассит, деприм, валосердин, сборы успокоительные №2, 3, корвалол, корвалдин, адонис-бром, валидол, валокордин, капли Зеленина. Способ применения и дозы обозначены во вкладышах к препарату или на упаковке.

Благотворно влияют на нервную систему изюм, курага, мед.

Нелишне напомнить и о пользе закаливания организма. Немаловажную роль играет посильный физический труд, особенно это касается молодых людей. Ненатруженная плоть смущает душу раздражительностью, негожими помыслами.

При расстройствах сна: две чайные ложки шишек хмеля заварить на стакан кипятка, настоять 4 часа, процедить, выпить стакан на ночь. Перед сном можно помазать виски лавандовым маслом или 3—5 капель лавандового масла накапать на кусочек сахара и пососать его перед сном. В изголовье кровати полезно прицепить льняной мешочек с высушенными корнями валерианы. Есть наблюдения, что постель темных тонов способствует успокоению нервной системы.

В аптеках продаются седативные сборы, которые могут быть использованы для успокоения и улучшения сна. Нелишней будет и врачебная консультация. Снотворные таблетки следует применять только по назначению врача; отварами и успокоительными настоями можно пользоваться самостоятельно.

Как избавиться от курения?

Кстати упомянуть о том, что по новой классификации болезней, вступившей в силу в 1999 году, табачная зависимость официально признана недугом. А мы добавим — греховным. Так как курение — это потворство своим прихотям, это вид самоуслаждения. Правильно сказано, что курить —

бесам кадить.

Необходимо твердое желание избавиться от этой пагубной греховной привычки. Имея сокрушение сердечное, надо покаяться в этом грехе на исповеди.

«Просите и дастся вам, ищите и обрящете, толщете и отверзется вам: всяк бо просяй приемлет» (Мф. 7, 7), — глаголет нам Господь. «Но чтобы так усиленно и искренно просить избавления себе от беды душевной, от пагубных навыков и пристрастий, необходимо их усмотреть в себе, рассудить и увидеть весь вред их и всю тяжесть греха от последования им. Тогда только будет искреннее желание, и молитва, и собственное тщание есть необходимое условие Божией помощи.

Господь помогает только тем, которые не только всеусильно ищут Его помощи, но и сами не поддаются страстям своим. Худо самонадеяние, и безрассудно, и бесполезно; но и излишне надеяться на помощь Господа при своем добровольном умедлении в грехе и сознательной уступке греховным навыкам — это оскорбляет Господа» (Из книги «Порок курения. Греховная привычка»).

В качестве некоторых психологических рекомендаций могут быть полезны следующие:

1. Наши вредные привычки во многом определяются нервозностью, тревогой, психоэмоциональным перенапряжением. Не забывайте об этом.

2. Старайтесь выкуривать как можно меньше сигарет, вести подсчет выкуриваемых за день сигарет, стремясь к тому, чтобы сегодня было выкурено меньше, чем вчера.

3. Выделите самые «важные» сигареты дня, проанализируйте психологические и ситуативные причины их выкуривания. Попробуйте противопоставить стрессам что-нибудь менее вредное.

4. Каждое утро старайтесь как можно дольше оттягивать момент закуривания первой сигареты.

5. Возникло желание закурить — не доставайте сигарету из пачки, не берите ее в руки хотя бы несколько минут. В это время займите руки, сделайте несколько физических упражнений, подышите поглубже.

6. Не курите на голодный желудок.

7. Время от времени устраивайте перерывы в курении («не курю до понедельника», «до конца месяца»).

8. Если Вы бросили курить вовсе, то помните о том, что некоторое время (2—3 недели) может быть дискомфорт по типу абстинентного синдрома, так как организм лишился одного из продуктов потребления, который уже вкрался в глубинные процессы обмена веществ.

Пережить «синдром отмены» (первые дни или недели после прекращения курения) помогут несильные транквилизирующие средства, такие как: валокордин, корвалол, ново-пассит, экстракт валерианы, персен, успокоительные сборы.

Можно порекомендовать полоскание полости рта раствором пищевой соды (одна чайная ложка на полстакана воды), слабым раствором марганцовки или отваром ромашки. Полоскание в первые 7—10 дней после прекращения курения следует повторять каждые 3—4 часа.

Неплохо помогает препарат анабозин, пластырь «никотинел». Эти медикаменты обеспечивают организм небольшой дозой никотина и помогают бывшим курильщикам расстаться со своей пагубной привычкой. Помните, здоровье душевное и телесное — это дар Божий, и относиться к нему следует бережно и со вниманием.

[*] за все благодарите: ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе.

ПРАВОСЛАВНОЕ МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ДУШЕПОПЕЧЕНИЕ

Несколько лет тому назад я обозначил этим понятием нравственно-религиозное направление в медицине и психологии. Составными частями православного медико-психологического душепопечения являются: православный подход в общемедицинской практике, психиатрии, наркологии, медицинской психологии, психотерапии, истории медицины и др. В этом контексте также рассматриваются некоторые вопросы биоэтики. Содержательная часть православного медико-психологического душепопечения может быть представлена следующим образом:

1. Предмет и задачи православного медико-психологического душепопечения.

2. Православие и врачевание. Современная медицина и психология: их нравственное состояние.

3. Святоотеческое наследие — мировоззренческая основа православного медико-психологического душепопечения. Целостный, триединый подход к человеку. Православная антропология. Православная святоотеческая психология. Духовное, душевное и телесное здоровье личности.

Мотивационная сфера личности. Грех, стадии развития греха. Последствия греха. Учение о невидимой брани. Самопознание. Совесть. Святоотеческое учение о борьбе со страстями. Понятие о духовной прелести. Добродетели. Аскетика.

4. Святоотеческое учение о целительстве словом, психотерапии. Место православной психотерапии в системе медицинского, психологического знания и других наук. Православная духовность в работе практического врача и психолога.

5. Православный взгляд на психическое здоровье и психическую болезнь. Неврозы и психозы. Духовная сущность психических расстройств.

6. Критический обзор нехристианских (по духу и содержанию) методов психотерапии и отличия их от православного душепопечения.

7. Формы и методы православного медико-психологического душепопечения.

8. Святоотеческое учение о болезнях и здоровье, об отношении к скорбям. Болезнь — посещение Господне. Психосоматика. Через страдание — к свету Православия. Святые покровители медицины.

9. Биоэтика.

10. Семья, брак, воспитание детей. Домашняя церковь. Психология православной семьи. Семейная психотерапия. Нравственное развитие ребенка. Формирование характера. Норма и патология. Акцентуации характера. Детские неврозы и их профилактика. Патохарактерологическое формирование личности. Делинквентное поведение. Психопатия.

11. Оккультизм — деструктивная духовная реальность. Оккультная болезнь. Духовно-психологическая реабилитация лиц, пострадавших от оккультного «целительства».

12. Тоталитарные секты. Реабилитация лиц, пострадавших в сектах.

13. Греховные недуги: пьянство, наркомания, курение. Духовно-психологическая реабилитация лиц, страдающих алкоголизмом и наркоманией.

15. Самоубийство — тягчайший грех. Духовные и психологические корни суицидального поведения. Реабилитация, душепопечение.

16. Пастырская психиатрия.

О ГРЕХЕ ПЬЯНСТВА

С точки зрения врача

Миллионы людей в нашей стране, да и во всем мире, страдают пристрастием к спиртному, принося немало бед себе и ближним. Действительно, алкоголизм — страшное зло, которое «пожирает» и женщин, и престарелых людей, и даже детей. Поначалу те, кто пристрастился к выпивкам, еще могут остановиться, удержаться от соблазна, сказать себе: «Нет». Но со временем это сделать бывает все сложнее и сложнее. В конечном итоге развивается болезнь, разрушающая плоть и душу человека.

По самым скромным подсчетам около семи миллионов человек в России страдают хроническим алкоголизмом. Это официальная статистика, но, уверен, не реальные данные. На самом деле положение ужасающее! К примеру, вот такой факт. По опубликованным данным, половина 13-ти летних подростков употребляет алкоголь.

Пьянство — это бедствие. В вине «топят» неудачи, неразделенную любовь, семейное неблагополучие или супружескую измену. Причиной пьянства могут стать разочарование в себе, предательство друзей. Немало и тех, которые снимают подобным образом стрессовую напряженность и высокий темп жизни. Всех причин невозможно и описать.

Спиртное приобретает свойства наркоза, снимающего раздражение, гнев, обиду. Эти обстоятельства и провоцируют многих людей к выпивке. Но рано или поздно возникают проблемы, перерастающие в серьезные жизненные несчастья.

Человек, избирая такой путь «укрытия» от проблем, трудностей или скорбей, начинает жить не в реальном, а в иллюзорном мире. При этом проблемы его не разрешаются, а многократно умножаются. Водка — это не победа, это всегда поражение. Пьянство — путь в тупик, путь к гибели душевной и телесной.

Другим важным обстоятельством, способствующим алкоголизации является уныние или, выражаясь медицинским термином, депрессия. Особенно это относится к невротической депрессии, формирование которой напрямую связано с внутренними духовными проблемами.

Депрессия — это самый распространенный синдром среди душевных заболеваний. 60% в структуре психической патологии — депрессивные

расстройства. 5% населения Земли страдают этим душевным недугом.

Поэтому порой более важно прежде всего усмотреть в себе склонность к унынию и с Божией помощью преодолевать ее.

Еще раз напомним о губительных последствиях злоупотребления алкоголем для здоровья. Как показывает практика, значительная часть населения не имеет твердых представлений об этом.

Формирование алкогольной зависимости происходит в три последовательных этапа или стадии, которые именуются как неврастеническая, наркотическая и энцефалопатическая. Рассмотрим эти стадии.

НЕВРАСТЕНИЧЕСКАЯ СТАДИЯ. Усиливается влечение к алкоголю и при этом оно носит навязчивый характер. Когда происходят выпивки, то вначале снижается, а позднее утрачивается контроль над количеством выпитого. Доминирующими на этом этапе являются симптомы нервной слабости (неврастении). Среди них, в первую очередь, необходимо отметить следующие: раздражительность, злобность, расстройства внимания, ухудшение памяти, снижение работоспособности, бессонница, кошмарные сновидения, головные боли, истощаемость интеллектуальных процессов и др. В быту начинающие алкоголики становятся конфликтными и неуживчивыми. Окружающий мир им кажется серым, безликим и лишь только водка или вино делают повседневную действительность как-то переносимой.

Здоровье пьянствующих день ото дня ухудшается. Таких людей беспокоят сосуды («прыгает» давление, появляется вегетососудистая дистония), нарушаются функции печени, поджелудочной железы, кишечника. А самое главное — страдает и необратимо разрушается головной мозг.

НАРКОТИЧЕСКАЯ СТАДИЯ. Патологическое влечение к алкоголю становится непреодолимым. Появляется абстинентный синдром (похмелье), который проявляется дрожанием рук, головокружением, слабостью, отсутствием аппетита, потливостью, повышением артериального давления, сердцебиением, сухостью полости рта.

Пьянство становится практически ежедневным, возникают запои. Личность постепенно деградирует. Мышление становится бедным, однообразным. Круг интересов сужается до минимума. Прогрессивно ослабеваеет воля. Доминирующая потребность — алкоголь. На этой стадии усиливается вся симптоматика, которая возникала на предыдущей стадии.

Известно, что пьяницы лживы и ненадежны. Верить таким людям нельзя, они бросают слова «на ветер». Клятвы и обещания родным и близким оставить свое пагубное пристрастие забываются ими в тот же час.

На этой стадии алкоголизма нередко возникают острые алкогольные психозы.

ЭНЦЕФАЛОПАТИЧЕСКАЯ СТАДИЯ. (в переводе «энцефалон» — мозг, «патия» — значительное ослабление и ухудшение функций). Это исходная стадия алкоголизма и характеризуется она дальнейшим распадом личности и полной потерей здоровья. Для того, чтобы напиться уже достаточно небольшой дозы алкоголя. Абстинентный синдром более продолжительный и тяжелый. Деграция личности явная. Смыслом жизни становится водка. Тяжело страдают внутренние органы.

Цирроз печени, гастрит, миокардит, алкогольный психоз и слабоумие, атрофия половых желез — вот что ждет алкоголика. Любые заболевания на фоне алкоголизма протекают значительно тяжелее и исход их не всегда благоприятен.

Как правило, на этой стадии алкоголизма уже и не до работы, и не до семьи. Внешне люди очень меняются, приобретая типичный «алкогольный» вид. Они часто попадают в милицию, так как совершают различные правонарушения.

Длительность каждой стадии варьирует индивидуально. У одного человека исходная стадия алкоголизма может наступить за 4—5 лет, у другого — за 7—8. Многие люди, злоупотребляющие спиртным, попадали в «ловушку», полагая, что их эта беда обойдет. И продолжали пить ... и спивались.

Несколько слов об алкогольных психозах. Пожалуй, самым известным и распространенным из них можно считать **алкогольный делирий** (белая горячка). Как правило, развивается он через 1—3 дня после прекращения длительного или интенсивного злоупотребления алкоголем. Начинается делирий с соматических (телесных) проявлений.

Затем появляются страх, тревога, потеря сна. Далее присоединяются различные обманы восприятия: зрительные и слуховые иллюзии, галлюцинации, двигательное возбуждение, дезориентация в окружающем мире. Критика к своему поведению отсутствует.

Среди других алкогольных психозов можно также выделить **алкогольный параноид** (бредовый психоз) и **алкогольный бред ревности**.

Женский алкоголизм

Женский алкоголизм имеет ряд особенностей, а именно:

1. Развивается более ускоренными темпами (1-2 года);
2. Протекает более тяжело;
3. Лечится очень трудно, так как психические изменения проявляются стремительно;
4. Трудно диагностировать, ввиду того, что первое время, по причине неловкости и стеснения перед людьми, женщины пьют в одиночку.

В целом женский алкоголизм имеет злокачественное течение.

Подростковый алкоголизм

Алкоголь чрезвычайно опасен для детей и подростков. Прием алкоголя нарушает процессы созревания нейронов (нервных клеток). Отсюда у подростка будут страдать интеллект, память, мышление, поведение.

Явления опьянения развиваются быстро и могут заканчиваться оглушенностью и комой (бессознательным состоянием).

Организм подростка еще неокрепший, и под действием алкоголя быстро развивается целый «букет» заболеваний.

Пьянка — это и блуд, и драки, и преступления...

Алкогольная эмбриопатия

Подробно описана в 1973 году. Выявлены различные дефекты у новорожденных, матери которых регулярно употребляли спиртное во время беременности.

У таких детей отмечают: умственная и физическая отсталость (вплоть до глубокой идиотии), замедление развития центральной нервной системы, нарушения тонкой моторики, судороги, повышенная возбудимость, дефекты органов, пороки сердца, аномалии суставов, дефекты конечностей, фиброз печени, нарушения в половых органах и многие другие тяжелые нарушения.

Истоки «алкогольной» личности

Психологи определили некоторые характерологические черты, свойственные «алкогольным» личностям. Так, по данным В. Т. Кондрашенко, одни из них — легкоранимы, плохо приспособлены к практической жизни, слабовольны; другие — излишне самоуверенны, тщеславны, болезненно переживают малейшие жизненные неудачи, настойчиво ищут признания. Если на эти черты характера наслаивается еще и психотравма, то вероятность нервного срыва, запоя очень велика.

Как показывают наблюдения, путь к пьянству начинается с ранних лет. Усвоение алкогольных ритуалов происходит задолго до первого знакомства со спиртным. Маленькие дети, сидя за праздничным столом, «играют во взрослых», разливая фруктовый сок по бокалам, а затем с гримасой на лице выпивают «детское вино» под одобрительный гул родителей и гостей.

Нет сомнения в том, что уже в это время в сознании ребенка начинает формироваться представление об алкоголе как об универсальном спутнике взрослой жизни.

Специалисты утверждают, что к 11—12 годам у подростков формируются вполне устойчивые стереотипы отношения к пьянству.

Нередко, избалованный «усилиями» родителей, бабушек и дедушек, ребенок со временем трансформируется в претенциозную личность, которая требует непрямого удовлетворения всех своих потребностей. Если этого не происходит, то возникают разочарование, гнев, чувство досады... и желание «забыться в вине».

На путь пьянства подростка подталкивает и атмосфера бездуховности, греха, которую он видит во «взрослом» обществе и, в первую очередь, в своей семье. Пьянство родителей уродует душу ребенка. Сердце обливается кровью, когда видишь истерзанных этим горем детей, лишенных внимания, ласки и заботы отца-алкоголика (а теперь, нередко, и матери).

Как помочь страждущим недугом пьянства

Поговорим о лечении этой болезни. Что предпринимают медики для помощи лицам, страдающим недугом пьянства? Общепринято использование всевозможных дезинтоксикационных растворов; психотропных средств;

препаратов, вызывающих отвращение к алкоголю посредством выработки отрицательного условного рефлекса; общеукрепляющих средств и витаминов, а также многое другое. Это то, что касается тела.

Квалифицированный психолог или психотерапевт пытается вскрыть глубинные психологические корни возникновения пьянства, анализирует характерологические особенности человека, его семью и социально-бытовые условия. Затем специалист дает советы и рекомендации, обучает бороться со стрессами, преодолевать конфликты и т. д. В ряде случаев проводятся различные психотерапевтические процедуры, эффект от которых тем выше, чем ярче осознанное желание самого человека освободиться от этого бремени и вернуться к полноценной жизни.

Таким образом, психотерапевт становится как бы попутчиком и помощником пациента на этом сложном пути, который он непременно преодолевает сам.

Алкоголизм — это болезнь. Но болезнь более всего **духовная**. В основе пьянства, употребления наркотиков — духовная опустошенность, неудовлетворенность жизнью, утрата смысла бытия. Святая Православная Церковь считает пьянство тяжким грехом. Отсюда понятно, что только медицинскими методами страждущему не помочь (в данном случае я имею в виду классическую медицину, а не ту оккультную практику, которая «прилепилась» ныне к наркологии, и которую в виду сильнейшей опасности и духовной пагубы надо категорически избегать).

Убеждения и медикаменты не всесильны. Для преодоления недуга необходимо искреннее раскаяние пред Богом в таинстве Исповеди, молитвы ко Пресвятой Богородице и Святым угодникам Божиим.

Злостное пьянство может быть следствием влияния злых духов на человека. Спаситель наш пришествием своим не уничтожил совершенно власть дьявола, а только ослабил его влияние на людей и дал нам средства отражать дьявольские козни. Этими душеспасительными средствами являются вера, призывание имени Христа Спасителя, молитва, пост, и, конечно же, святые таинства Исповеди и Причастия. «Противостаньте диаволу, и убежит от вас», — говорит апостол Иаков.

Кстати сказать, в состоянии алкогольного делирия (белой горячки), люди видят устрашающие образы (яркие зрительные галлюцинации, как трактует эти явления психиатрия). Причем все видят одно и то же — бесов.

Если в сердце больного алкоголизмом есть место вере Христовой, то следует напоминать ему о том, что он опутан узами греха. Нужно знакомить его с началами Православной веры, приводить примеры исцелений, которые Господь дарует раскаявшемуся грешнику. Обо всем этом надлежит говорить православному врачу и смиренно призывать Господа на помощь во исцеление страждущих.

Если родственники больного верующие люди, то они должны усердно молиться за него дома и в храме, позаботиться об освящении жилища (если оно не освящено). Надо убеждать заблудшего постоянно носить нательный крест, читать молитвы, с верой и благоговением употреблять освященную воду.

Только верой и терпением, только через покаяние и милость Божию можно исцелиться по-настоящему. Другого пути нет.

Святитель Тихон Задонский писал: «Привыкшим к сей пагубной страсти надобно крепко вооружиться против мучительства ее, стоять, не поддаваться, молиться и призывать всемогущую Божию помощь!»

Следует сказать, что так и искореняли пьянство в православных обществах трезвости. Условиями исцеления были покаяние, молитва, чтение святого Евангелия, церковные Таинства.

До революции только духовенством на тему трезвого образа жизни издавалось 32(!) журнала. Известно, сколь велик был вклад в это дело ныне прославленного в лике святых Царя-мученика Николая. И сейчас по молитвам к св. Царю Николаю многие страждущие этим недугом получают благодатную помощь и укрепление.

Часто на прием приходят люди, именующие себя православными, с просьбой помочь им избавиться от пьянства. Но когда речь заходит о покаянии, борьбе со страстями и пороками, самопреодолении, стремлении к христианскому благочестию, молитве, то, к сожалению, души некоторых из них остаются глухими и невосприимчивыми. Вместе с тем постоянно звучат пожелания назначить им «сильнодействующие уколы» или прописать «какие-нибудь лекарства от водки»... Но лекарств «от водки» **не существует!!!**

Как правило, встречи эти заканчиваются безрезультатно и повторных визитов более не отмечается. Конечно, очень жаль, что так происходит.

Псевдолечение

И помните: кодирование и иное ему подобное воздействие на душу и тело человека — это бесовщина.

Французское слово «код» происходит от латинского — «начертание». В процессе кодирования через это начертание (ритуальное) к человеку привлекаются бесы, которые отныне и будут «помогать» ему не пить водку, или не курить, или будут «сушить» его — «помогать» худеть.

Святое Евангелие говорит о необходимости в качестве условия исцеления покаяние страждущего для прощения грехов. О покаянии эти «лекари» и не вспоминают.

Пьянство, которое возбуждается бесами при собственном слабоволии и безответственности, не пройдет без молитвы и поста, без сокрушения сердечного, без спасительных Таинств Церкви. Гипнологи и кодировщики не придают этому никакого значения.

Метод кодирования приобрел широкую огласку в средствах массовой информации, а его главные исполнители жаждут признания и славы. Некоторые из них откровенно называют себя «чудотворцами», людьми «особой миссии». Этим псевдоцелителям и неведомо, что дар исцелений Господь подавал подвижникам веры, делателям непрестанной молитвы, смиреннейшим из смиренных.

Известно также, что святые отцы и жены, имевшие этот Небесный дар проводили жизнь свято. Кодировщики же и не помышляют о святости и благочестии.

Врагу нашего спасения, в конечном итоге, даже не важно — пьет человек или нет (отчасти этим объясняются некоторые случаи «выздоровлений»). Важно другое: к кому обращается человек за помощью — к Богу или к сатане?

А как страдают эти закодированные люди? Ведь грех так и остался в их душах нераскаянным. Он может лишь поменять свой облик. Отсюда у них частые депрессии, жуткая раздражительность, тревога. Нередко возникают тяжелые соматические заболевания. И удивляться, как видно из сказанного выше, не приходится. Сторонитесь такого «целительства» и отговаривайте от него тех, кто будет с вами советоваться по этому поводу.

И еще. Если взять в руки практически любую светскую газету, то в ней обязательно отыщется реклама или информация по лечению алкоголизма. Основа многих новомодных методик (не говоря об откровенно оккультных) — эффект «плацебо».

Эффект «плацебо» можно объяснить таким образом: какому-либо индифферентному веществу (предположим, сахарной пудре) или медицинским процедурам приписываются свойства сильнодействующих лечебных средств. И больной верит в действие этих средств, и выздоравливает (или улучшается его самочувствие).

Однако, алкоголизм — не та болезнь, при которой уместно злоупотреблять эффектом плацебо. Ведь если человеку, скажем, запретить пить под угрозой смерти или тяжелой болезни (как это делают кодировщики), то воздержание от алкоголя, в данном случае, — совсем не исцеление.

Закодированный пребывает в жутком напряжении душевных сил.

Такое, с позволения сказать, «лечение» приносит людям явный вред и страдания.

Для исцеления от недуга пьянства нужна не пустышка (перевод термина «плацебо»), но покаяние, душевное преобразование, внутренний рост.

По милости Божией многие люди исцеляются от недуга пьянства

Мне лично известны случаи чудесных исцелений. Один мой знакомый, понимая что гибнет, взмолился Царице Небесной. Воззвал к Ней из глубины души, от всего сердца, и получил мгновенное избавление от пьянства. Стал устраивать жизнь по-христиански, воцерковился. Он как бы родился вновь.

Недалеко от Москвы, в городе Серпухове расположен Высоцкий мужской монастырь. Одна из главных его святынь — чудотворная икона Пресвятой Богородицы «Неупиваемая Чаша». Сколько людей обрели здесь душевный мир и расстались с коварным «зельем», известно лишь Господу и Пречистой Его Матери! Но их множество.

Вот какой случай рассказал о себе обратившийся ко мне на прием мужчина: «Я крепко пил. Лечился, пробовал уговаривать себя, но толку не было. Однажды родные посоветовали поехать в монастырь к старцу, принять благословение, попросить молитв. Я как-то воспрянул и с радостью согласился на это. Встреча со старцем глубоко тронула меня. А сказал он на прощанье всего три слова: «Ты не пей». И сказал по-доброму, от любви. Я вернулся домой, и тяга к водке у меня исчезла. Месяц я ходил совершенно трезвый. Правда потом, постепенно опять взялся за свое, но в этом я виноват сам. Надо было жить по-другому, а я начал с друзьями прежними знаться и все по новой. Сейчас не пью уже две недели, готовлюсь к исповеди, а потом, если Бог даст, может и измениться моя жизнь к лучшему».

О том, как важна помощь пастыря-духовника для преодоления этой греховной страсти, с убедительностью свидетельствует пример из жития святого праведного Иоанна Кронштадтского.

«Необыкновенно трогательно рассказывает об одном из таких случаев духовного возрождения, благодаря о. Иоанну, один ремесленник: «Мне было тогда годов 22—23. Теперь я старик, а помню хорошо, как видел в первый раз батюшку. У меня была семья, двое детишек. Я работал и пьянствовал. Семья голодала. Жена потихоньку по миру сбирала. Жили в дрянной конурке. Прихожу раз не очень пьяный. Вижу, какой-то молодой батюшка сидит, на руках сынишку держит и что-то ему говорит ласково. Ребенок серьезно слушает. Мне все кажется, батюшка был, как Христос на картинке «благословение детей». Я было ругаться хотел: вот, мол, шлятся... да глаза

у батюшки ласковые и серьезные меня остановили: стыдно стало. Опустил я глаза, а он смотрит — прямо в душу смотрит. Начал говорить. Не сумею передать все, что он говорил. Говорил про то, что у меня в каморке рай, потому что, где дети, там тепло и хорошо, и о том, что не нужно этот рай менять на чад кабацкий. Не винил он меня, нет, все оправдывал, только мне было не до оправдания. Ушел он, я сижу и молчу... Не плачу, хотя на душе так, как перед слезами. Жена смотрит... И вот с тех пор я человеком стал...»

МОЛИТВА СВЯТОГО ПРАВЕДНОГО ИОАННА КРОНШТАДТСКОГО

Господи, призри милостивно на раба Твоего (*имя рек*), прельщенного лестию чрева и плотскаго веселия; даруй ему познати сладость воздержания в посте и проистекающих от него плодов. Аминь.

Письмо игумена Никона (Воробьева) к пьющему спиртное

Дорогой С.! Привет тебе!

Как ты живешь? Как здоровье твое? Очень бы мне хотелось повидать тебя и побеседовать. Я слышу, что ты продолжаешь изрядно выпивать в крайний вред себе. Что ожидает человека на этом пути? Я тебе сейчас напишу.

Если ты не будешь бороться с этим недугом, то попадешь под полную власть бесов. Они будут возбуждать тебя пить все больше и больше и через это расстраивать нервную систему. Ты сделаешься раздражительным, гневливым. Легкие сначала, ссоры будут все грубее, длительнее. Денег не будет хватать, сгонят со службы — надо будет продавать вещи, выпрашивать в долг униженным образом, может быть даже воровать. Гнев усилится до бесовской злобы, до желания убить.

Бесы, действовавшие втайне, станут являться в виде разбойников, диких зверей, змей и проч.

Потом могут явиться и в своем безобразном гнусном виде. Если и тут ты не образумишься, то заставят тебя совершить какое-либо тяжкое

преступление, например, поджог, убийство, а затем приведут в полное отчаяние и заставят покончить с собой. Если бы со смертью человек совсем исчез, так можно было бы порадоваться, что кончились мучения, но ведь нет уничтожения. Пьяница, самоубийца из малых и временных страданий перейдут окончательно и навеки во власть бесов в ужаснейшую муку, которой не будет конца.

Как люди духовные, борющиеся со грехом и побеждающие грехи, делают постепенно способными чувствовать сначала духовный мир, а затем видеть Ангелов, точно также преданные грубым страстям, особенно пьянству и разврату, если не покаются, то будут видеть бесов и сделаются их рабами.

Уже внешний вид человека духовного и раба дьявола говорят ясно, к чему ведет тот и другой путь. «По плодам их узнаете их», — говорит Господь.

Дорогой, милый, добрый, умный С! Опомнись: куда ты идешь? Если тебе здесь еще тяжело, то каково будет после смерти? Страсти в тысячи раз более сильные, чем на земле, будут как огнем палить тебя без какой-либо возможности утолить их. За потерянную жизнь, за совершенные преступления совесть, как червь неусыпающий, станет грызть твое сердце. А сознание, что сам себя лишил вечного блаженства в обществе святых людей и Ангелов будет вовеки терзать тебя.

С, если не можешь бросить пить, хоть так сознай, что ты делаешь нехорошо, что губишь себя, обижаешь близких тебе, оскорбляешь Господа. Сознай это и припади к Господу хоть один раз в день и скажи Ему: «Господи, я погибаю, спаси меня, не допусти до окончательной гибели. Господи, будь милостив ко мне, грешному». Если будешь так говорить ежедневно от всего сердца, то Господь простит тебе все грехи твои и спасет от гибели.

Первым вошел в рай разбойник. Это устроил Господь для поощрения и утешения нас грешных. Все прощает милостивый Господь искренне кающемуся. Не должно отчаиваться никакому грешнику. Не говори, что ты уже погиб, это бесовская мысль. «Радость бывает на небе об одном грешнике кающемся», — говорит Господь. Он, Спаситель наш, пришел на землю, чтобы «взыскати и спасти погибшего». Не бойся бесов. Если они будут являться в каком-либо виде — то призывай имя Господа Иисуса Христа и крестись сам. Не ножами или иным вещественным оружием обороняйся. Они не боятся этого, а борись именем Божиим.

«Обышедше обыдоша мя, и именем Господним противляхся им», — вот как оборонялись от бесов истинные христиане и нас научают этому.

С, я тебя всегда поминал на молитве. Даю тебе обещание за каждой Литургией вынимать за тебя частицу и просить Господа, чтоб он вразумил тебя и помог избавиться от беды. Только ты сам хоть немного борись, не

давай руки бесам. Сам проси, повторяю, хоть один раз в день с земным поклоном Господа, чтобы Он не оставил тебя на погибель, а спас от вечной муки. Пожалей себя, пожалей... Ведь ты когда-то любил ее. Может быть и теперь любишь. Неужели тебе не жаль ее терзать? Проси у нее прощения, если обидишь когда, чтобы и Господь тебя простил. Если ты сам не будешь в мире с близкими твоими, то как примиришься с Господом?

Не отчаивайся, что бы ты ни наделал. В светлую минуту помолись Господу, и Он поможет тебе и простит. С, опомнись, пожалей себя! Приезжай к нам. Здесь можно исповедаться, причаститься. Походишь в церковь. Почитаешь книг духовных. Возьми отпуск и приезжай, хоть один, хоть с..., как тебе удобней.

С, я человек грешный, а жалею тебя от всего сердца.

Господь же в тысячи раз больше жалеет каждого грешника и ждет только обращения его, чтобы простить все его грехи и мерзости и спасти. Обратись к Господу с молитвой, покайся в своих грехах, отойди от дурных людей и от твоей проклятой службы, и спасет тебя Господь. Лучше нигде не работай, но не пей и не губи себя. Пока... тебя прокормит, а когда несколько укрепишься и овладеешь собой, то Господь устроит тебе не вредную работу. Приобретешь ты мир душевный, спокойствие, радость. А теперь ты только страдаешь и губишь себя, и заставляешь страдать твоих родных.

Если не обратишься с покаянием и смирением ко Господу, то еще здесь ожидает тебя великое страдание, а после смерти — плач, скрежет зубов, мрак, тартар, червь не умирающий и огонь неугасимый, вечная, ужасная, непостижимая и никогда не оканчивающаяся мука.

Как бы тяжело здесь ни было, но всему земному настанет конец. А после смерти вечность без конца, вечность или в неизреченном блаженстве, или в ужасной муке. Выбор в наших руках. Господь хочет всем радости вечной, но насильно никого не влечет к Себе. Не хочешь быть с Господом во свете и блаженстве, пойдешь к дьяволу в вечную тьму и муку.

Все, что здесь написано — несомненная истина. Пожалей себя, С, будь милостив к себе... Аминь.

Искренне любящий тебя
и желающий тебе добра,
твой друг и отец о. Никон.

Письмо матери

«...Сын пил, порой пил подряд по несколько дней, потом делал паузу,

чтобы прийти в себя, потом опять все повторялось снова. Четыре раза у него случались приступы с полной потерей сознания, с прикусом языка.

Врачи не доискивались до причин всего этого. В отчаянии я искала способы лечить сына и лечила его в обществе «Оптималист», которое так себя рекламирует, потом у нарколога на дому, дважды в клинике Бехтерева. Слава Богу, мы не ходили к экстрасенсам и не кодировались, не подшивались. Дело дошло до того, что в своем отчаянии что-либо исправить, я полностью теряла самообладание и контроль над собой.

У нас стали возникать ссоры и скандалы. Я была очень жестокосердной и не понимала, что болезнь его — духовная. Но Господь не оставил нас, хотя тогда мы не были еще верующими людьми по-настоящему.

С 1991 года я стала ходить в Церковь, носить крест, хотя была я крещена во младенчестве и росла в очень религиозной семье, но действительность того времени, поголовное безбожие, сделали свое дело. И опять Господь не оставил нас, а направлял все время и вразумлял. Постепенно, и очень медленно я избавлялась от угара прошлого и обращалась к Богу...

Вскоре я и сына своего привела в храм. И опять Господь и Его Пречистая Матерь не оставили нас. Началось постепенное исцеление нас обоих, потому что мы оба были духовно больны. Сын на исповедях со слезами и раскаянием приносил покаяние.

Мы оба поняли в каком грехе (и грехах) мы находимся. Постепенно, с Божией помощью, многое менялось в нас. Сын почти не пьет. Батюшка наш в курсе всех дел и сына, и моих, так как мы постоянно бываем в Храме, исповедуемся и причащаемся.

Батюшка сказал сыну: «Окружай себя святынями, как заслоном от бесов». В комнате сына кроме множества икон, всегда стоит Святая вода, просфора, антидор, елей (мы соборовались в Великий Пост), Евангелие, молитвослов. Батюшка еще посоветовал ежедневно заходить в

Храм и прикладываться к Кресту, чтобы оградить себя от нечистой силы. Квартиру свою мы освятили. Понимаю, что болезнь сына еще не ушла совсем и понадобится еще много времени и усилий с нашей стороны, но с Божией помощью мы одолеем наши хвори. Самое главное — мы на верном пути».

Исцелила Пресвятая Богородица

(из книги «Икона Божией Матери «Неупиваемая Чаша»)

У меня была большая скорбь. Сын мой после Афганской войны пил 14 лет и не был крещен. Я молилась за него, когда поняла, что так только можно его спасти. Но какая я молитвенница!

Два года тому назад прочла в православном календаре, что в Вашем монастыре имеется чудотворная икона Божией Матери «Неупиваемая Чаша». У меня появилась надежда, и я собралась и поехала в Ваш монастырь. Там я подала сорокоуст и поминание на год. Купила икону Божией Матери «Неупиваемая Чаша» и акафист, взяла святой воды. Великий пост по благословению нашего батюшки читала акафист каждый день. По молитвам Божией Матери Бог управил. Сын принял крещение и излечился от недуга — пьянства.

Отслужите благодарственный молебен Божией Матери «Неупиваемая Чаша».

Н. (Эстония)

* * *

Пить стал часто после службы в армии, пытался пить умеренно, совсем бросить, но ничего не получалось. Когда не пил, то злился на всех и терпел «трезвые» дни, а потом опять напивался «до отключки». А в 1995 году лечился у нарколога г. Чехова методом «торпедо». Год ходил под страхом и считал деньки до окончания действия препарата. Потом, естественно, «гигантский» запой, опять лечение и «торпедо» на год.

Летом 1996 года посетил Высоцкий монастырь по советам знакомых. Потом подготовился к исповеди и причастился там. Перед этим я полгода ходил с матушкой в городской храм. Потом купил икону Божией Матери «Неупиваемая Чаша» и акафист об исцелении от пьянства. На год заказал молебен в обители. Брал и пил святую воду.

Осенью 1996 года я молился дома на кухне поздно вечером перед образом Божией Матери «Неупиваемая Чаша», читая акафист и вставляя свои слова, просил исцеления от недуга себе и всем страдающим алкоголизмом. Незаметно вообще исчезла тяга к спиртному, как к отраве, погубляющей тело и душу. До настоящего времени вообще не выпил ни грамма спиртного и благодарю Господа, Божию Матерь и всех святых за исцеление от алкоголизма, табакокурения.

В. (Московская обл.)

МОЛИТВА ПРЕСВЯТОЙ БОГОРОДИЦЕ И ПРИСНОДЕВЕ МАРИИ

ПРЕД ЕЯ ИКОНОЮ «НЕУПИВАЕМАЯ ЧАША»

О, Премилосердая Владычице! К Твоему заступлению ныне прибегаем, молений наших не презри, но милостивно услыши нас: жен, детей, матерей и тяжким недугом пианства одержимых, и того ради от матери своей — Церкви Христовой и спасения отпадающих, братьев и сестер, и сродник наших исцели.

О, Милостивая Мати Божия, коснися сердец их и скоро возстави от падений греховных, ко спасительному воздержанию приведи их.

Умоли Сына Своего, Христа Бога нашего, да простит нам согрешения наша и не отвратит милости Своея от людей Своих, но да укрепит нас в трезвении и целомудрии.

Приими, Пресвятая Богородице, молитвы матерей, о чадах своих слезы проливающих, жен, о мужех своих рыдающих, чад, сирых и убогих, заблудшими оставленных, и всех нас, к иконе Твоей припадающих. И да приидет сей вопль наш, молитвами Твоими, ко Престолу Всевышняго.

Покрый и соблюди нас от лукавого ловления и всех козней вражиих, в страшный час исхода нашего помоги пройти непреткновенно воздушныя мытарства, молитвами Твоими избави нас вечнаго осуждения, да покрывает нас милость Божия в нескончаемые веки веков. Аминь.

Семь нечистых духов

Слово Божие бесконечно велико. И человеческое вглядывание в него, даже не выходящее за пределы разумения Святой Православной Церкви, постоянно обретает и новые оттенки постижения и нераскрытые прежде всего значения вечного и постоянного смысла.

Хорошо известна и обширно применяется притча Спасителя о нечистом духе, вышедшем из человека. *Когда нечистый дух выйдет из человека, то ходит по безводным местам, ища покоя. И не находит; тогда говорит: возвращусь в дом мой, откуда я вышел. И, пришедши, находит его незанятым, выметенным и убранным; тогда идет и берет с собою семь других духов, злейших себя, и, вошедши, живут там; и бывает для человека того последнее хуже первого* (Мф. 12, 43—45). Добавление Господа Иисуса Христа: *Так будет и с этим злым родом* — ясно показывает, что содержание притчи раскрывает прежде всего социально-историческую судьбу *рода лукавого и прелюбодейного*, который *ищет знамения*, ибо притча

рассказывается Спасителем с намеком на этот «род».

Но мысль подвижников благочестия обычно останавливается на аскетической экзегетике* притчи, и это очень понятно, так как она поучительна, серьезна и душеспасительна. Но исчерпана ли?

Нечистые духи в аскетическом понимании соединяются нередко с различными родами страстей. Таким образом, вышедший из человека нечистый дух — есть вместе с тем некая побежденная страсть. Дальнейший смысл, кажется, в основном, понятен. Когда душа, по изгнании страсти, не умеет наполнить себя святым положительным содержанием, — нечистые духи помогают внедрить в нее гораздо более обильную, насыщенную и интенсивно работающую страстность — семь злейших нечистых духов.

Но почему семь? Случайно ли? А если нет? А если нет, — то есть, если число «семь» имеет не просто символический смысл, означающий полноту, но и вполне реалистическое содержание, из него следует, что семь страстей, которые нечистые духи вызывают к действию в душе человека, — всегда постоянны, одни и те же (конечно, речь идет только о тех случаях, когда греховные страстные движения, — вполне конкретные, как например, пьянство и блуд, — из души изгоняются, а начать доброе делание она не озабочивается).

Наблюдение за подобными ситуациями, а у человека внимательного они всегда найдутся под рукой, а также логика духовно-нравственной жизни человека, доказывают одинаковость действия греха в подобных случаях.

Что бы нужно было сделать человеку, сумевшему победить греховную привычку? Для начала поставить ум свой на страже сердца, чтобы он рассматривал, по крайней мере, самые грубые греховные помыслы и, как сторож, даже не очень хороший, старался бы не пропускать самые несомненно враждебные.

А когда этого нет?.. Посмотрим, что может получиться...

Итак, грех побежден! Ура! Склонность, положим, к пьянству изгнана из моего сердца. И я торжествую. Увы, недолго. Я не успел дать место Духу Святому в моем вычищенном сердце. И это так понятно! Я так старался сам, так сильно и умиленно просил помощи Божией; так сердечно и долго пытались помочь мне мои близкие — всячески, и прежде всего — соединенной своей молитвой. И теперь я спокойно и безмятежно отдыхаю. Но тут-то нечистый дух пьянства, поскитавшись по *безводным местам, ища покоя, и не обрета*, тихонечко возвращается — и, видя горницу души пустой, идет за известной ему семеркой товарищей, которые помогут ему — по опыту знает — вновь вселиться в эту чистенькую, и такую лакомую, такую желанную душу. Дело облегчается тем, что, как он видит, — сторожа нет.

Первым в дело идет нечистый **дух гордости**, который в зависимости от характера и настроения чистенького «пациента», раскрывается одним из трех

лиц: самодовольство («какой я все же молодец, что сумел **сам** победить свой грех»), **самонадеянность** («оказывается, это не так уж трудно; и у меня вполне достаточно сил, чтобы справиться с этим»), **самоуверенность** («да и вообще эта мерзость не посмеет больше ко мне приблизиться, зная, что я опытный борец с нею и победитель»). И при моей «опытности» в духовно-нравственной жизни он, соблазняя меня тремя своими лицами в любом сочетании и последовательности, — проникает и прочно обосновывается в бедной моей душе.

И не просто обосновывается; он дает проход своему товарищу, другому нечистому духу, **духу лени**. И действительно — что такое? — все прекрасно и навсегда: дух пьянства не возвращается, другие безобразные духи тоже недвижны по отношению ко мне (а дух самодовольства, самоуверенности, самонадеянности проник ласково и незаметно) — можно и отдохнуть. Прежде в моей жизни было много греха, но много и напряженной борьбы. Я устал от этой напряженности; и совесть спокойна; да и что теперь, собственно нужно делать? — труд духовный, кажется? — ничего, можно и немного погодя. А пока — отдохнем, отдохнем, ...отдохнем... Я вполне заслужил отдых своей прежней напряженной работой. И дух лени распространяется неторопливо, но властно.

И вот я, нравственный богатырь, свален и опутан сладкой паутиной духа лени, нежелания напряженности. А сей властитель уступает местечко и следующему своему товарищу, закрепляющему успех. Совесть, порою попискивая, подает сигналы, что все же что-то пора начать и делать. Но лень не дает прохода единственно нужному доброму духу внутреннего делания, зато легко пропускает хитрого и нечистого **духа делания внешнего**. Всякое внешнее делание имеет обычно то свойство, что им, как правило, душа удовлетворяется. Это опасно и всегда, но особенно опасно тогда, когда внешний, безжизненный характер (или наоборот — слишком чувственный, душевный) приобретает делание по самому существу своему; наиболее внутреннее — молитва. Ехидно вползший дух нечистый или совсем аннулирует молитву, или делает ее бессильной. Я лишаясь одного из главных оружий.

Чувство удовлетворенности, так присущее внешнему деланию, гонит прочь остатки покаяния (если только они еще сохранились в моей душе), но зато пропускает торжественно и пышно появляющегося четвертого нечистого **духа** — **нераскаянности**, нежелания каяться. Он бесстрашно проходит в сопровождении хороших помощников: самооправдания и невнимательности к себе. Многочисленные вседневные погрешности, видя свободу проникновения, беспрепятственно проникали в душу и, оставаясь нераскаянными, производили свое разъедающее действие. Для более крупных погрешностей тут же находились извинительные причины. Шло обширное «непщевание вины о гресех».** Даже бывая в церкви на исповеди (в основном на «общей»), я по существу оставался нераскаянным. Так я

лишился и другого главного оружия.

Нераскаянность уже и сама по себе может привлечь из *безводных мест* любых нечистых духов; но они — многоопытные — знают, как действовать, где удобнее всего нанести самый больший удар. Его наносит следующий нечистый дух — **дух неблагодарности**; ему к тому же естественно занять свое срединное место там, где уже обжились самодовольство, лень, безмолитвенность, нераскаянность. Дух сей — очень коварный, лживый и злобный. Тот, кем он овладеет, становится в большей степени чужд действию Святого Духа и не слышит Его внушений. Дух нечистый вселяется в меня, и я качусь в пропасть. Я, неблагодарный, ничего доброго не способен видеть ни в действиях Божиих, ни в действиях людей, жалостливо спешащих мне на помощь, а все приписываю себе.

Тогда-то, вслед за неблагодарностью, скачет шестой нечистый дух. Он приносит с собой равнодушие ко всем людям. Он приносит с собой замкнутость на себе. И мне все люди небезразличны уже лишь по тому, какие они со всех сторон несут мне обиды (обиды, конечно, мнимые, но для меня-то они действительны). Растет озлобленность и недовольство. Между тем, сам я в своей ослепленности и равнодушии, раздаю обиды направо и налево, но, не видя людей, не вижу и наносимые им обиды. В моей окрестности, по естественному порядку вещей, смыкается круг одиночества. Наиболее разрушительно мое отношение к тем, кто стремится меня спасти...

Сей нечистый дух хорошо поработал. Вкруг меня одни обломки: обломки моей души; обломки прежних добрых отношений. Еще я по укоренившейся привычке во всех моих бедах вижу вину тех, кто суть и были окрест меня, в себе же наблюдаю одно добросердечие, но уже все более и более неладно становится на душе, и от этой неладности возрастает смутность, и самое главное — невесть как освободиться. И тогда-то вползает и распространяется, как кисель, по всему пространству души седьмой страшнейший дух нечистый — **дух уныния**. О его действии можно написать диссертацию, но — печальную. Посему лучше здесь поставить точку.

Тем более — самая пора запить. Семь нечистых духов сделали все для того, чтобы духу — простенькому, очевидному духу, например, пьянства — вольготно жилось в опустошенной разрушенной храмине души.

Конечно, это — схема, и схема в реальности, по милости Божией, далеко не всегда доходящая до полного разрушительного предела. И вообще, представляет такие варианты развития бесспорнейших, кажется, схем, что только ахнешь, и ахать часто приходится. К тому же, за пределами рассмотрения схемы остается аскетический вопрос — как противостоять нечистым духам. Вместе с тем нравственно-психологический опыт рассмотрения такого механизма страстей может оказаться бесполезным для тех, кто порою в недоумении, ничего не понимая, останавливается перед фактами развития страстной природы души человека, *незанятой*,

выметенной и убранной.

Дай нам всем Господь духа осторожности, внимательности и разума.

(Настольная книга для монашествующих и мирян.
Псково-Печерский Успенский монастырь, 1998 г.)

[*] Объяснение и толкование.

[**] Самооправдание в грехах.

О НАРКОМАНИИ И НАРКОМАНАХ

Беда эта страшная и распространяется в России она очень стремительно. Вот лишь некоторые цифры, свидетельствующие о масштабах и глубине поражения наркотиками нашего общества: 2% населения страны имеют стойкую наркотическую зависимость; за последние 10 лет наркомания среди детей и подростков возросла в 10 раз и сегодня насчитывается более полумиллиона детей-наркоманов.

Добавлю к этому, что один наркоман «заражает» (привлекает к наркотикам) до 60-ти человек. Связано это с распространением и перепродажей наркотиков. Делает это наркоман в основном для того, чтобы самому стабильно иметь деньги на ежедневные порции «зелья».

Скажу также, что нигде в мире наркоманию лечить практически не умеют (процент излечиваемости 2—3%). Дело в том, что болезнь эта больше не телесная, но духовная. А процесс лечения скорее являет собой не столько употребление медикаментов, сколько перевоспитание, самопреодоление, длительную и кропотливую реабилитацию.

Определение

По определению Всемирной организации здравоохранения, «наркомания является состоянием периодической или хронической интоксикации, вредной для человека и общества, вызванной употреблением наркотика (естественного или синтетического происхождения)». Условия, при которых

человека следует считать наркоманом, таковы:

- непреодолимое влечение к наркотику
- нарастающая толерантность (увеличение дозы)
- психическая и физическая зависимость от наркотиков

Проблема наркомании многоаспектна. Она и нравственная, и медицинская, и социальная, и юридическая.

Зависимость

Пристрастие к наркотикам уже через 2—3 месяца употребления можно считать состоявшимся. Нередко человек становится рабом наркотиков после первой же инъекции коварного «дурмана». Укажу и на то, что, в среднем, от начала употребления наркотических средств, таких к примеру как героин, наркоман живет 7—8 лет, иногда 10—12, а затем умирает, но это скорее не жизнь, а бесконечная мука.

К наркотикам развивается физическая и психическая зависимость. Первая определяется тем, что наркояд вкрадывается в глубинные механизмы обмена веществ и биохимические процессы, протекающие в организме, которые требуют регулярной порции наркотика. Каждые 10—12 часов наркоман испытывает непреодолимое желание употребить свою дозу, которая до определенного момента все повышается и повышается.

Если наркотик по каким-то причинам не употребляется, то наркоман тяжело страдает и мучается. У него выступает холодный пот, появляются тошнота и рвота, ломота в суставах, слабость, боли в животе, дрожь во всем теле. Депрессия, внутреннее напряжение, тревога — обычные спутники абстиненции.

Психическая зависимость — еще более тяжелое проявление наркомании. Наркоман, как образно описывают это состояние наркологи, испытывает к наркотикам чувство «любви»: он так же, как и влюбленный, все время думает о предмете своих желаний, постоянно ожидает встречи с ним и стремится к нему, радуется, если эта встреча вот-вот состоится, тоскует и нервничает, если она откладывается; готов на все, чтобы все время быть рядом с наркотиками (С. Белогуров, 1998 г.). Личность человека-наркомана претерпевает тотальные изменения.

Кратко замечу, что употребление наркотиков наносит сильнейший, нередко непоправимый, ущерб здоровью человека. Тяжело страдает головной мозг и вся нервная система, снижается иммунитет, разрушается

печень, слабеет сердце. Нет такого органа или системы в организме наркомана, которые бы оставались без повреждения. Около 80% наркоманов заражены вирусами гепатита В. Среди наркозависимых примерно с той же частотой встречается ВИЧ-инфекция.

Куда же уходят корни наркомании?

В чем главная причина употребления наркотических средств? Причина эта в бездуховности. Употребление наркотиков — это сознательный грех, который со временем «обрастает» многими другими грехами. «Наслаждение» наркотиками — это иллюзия, обман, внушенный человеку-жертве бесом. Слостолюбие и чревоугодие, любление телесных наслаждений и безволие, помноженные на безверие и маловерие, на непонимание того, для чего и зачем живет человек на Земле — вот духовные корни наркомании.

Во многом виноваты родители, которые не научили своих детей вере Христовой (так как и сами, зачастую, находились в безверии), не привили послушания, не следили за тем, как и с кем сын или дочь проводят время. И результат не заставил себя долго ждать.

Приходится с ужасом констатировать, что в молодежной среде наркотики сегодня становятся чем-то вроде «хорошего тона». Принимать их — значит быть взрослым, независимым, современным. Так думают, к сожалению, не единицы. Многие средние и высшие учебные заведения надо бы закрыть на карантин, а при входе повесить объявление: **ОСТОРОЖНО, НАРКОМАНИЯ!**

Порой во время врачебного приема хочется крикнуть: «Люди! Опомнитесь!» Вот лишь один пример. На прием пришли мама и дочка 15-ти лет. В ходе беседы выяснилось, что курит девочка с 11-ти лет, чуть позже начала блудить, а с 13-ти лет употребляет героин. Кровь стынет в жилах, когда слушаешь подобные рассказы. Не хочется верить своим ушам, но, увы, это горькая реальность.

Каждый день одни гибнут от наркотиков, а другие делают первую в своей жизни инъекцию смертоносного дурмана.

Итак, будем помнить, что глубинная основа наркомании — грехи и страсти. А рядом с ними и бесы, призывающие взяться за иглу или выпить пригоршню психотропных таблеток. «Безмерна ненависть диавола к роду человеческому, — пишет еп. Варнава (Беляев) — который он ввергает, вместо обещанного рая, в ад еще здесь, на земле, и велики заблуждения и неразумие людей, платящих за этот обман собственными невыразимыми

мучениями и добровольным отказом от вечного и истинного блаженства!...» Приведу другой пример. На приеме женщина средних лет с 19-тилетним сыном. Состояние ее подавленное, речь перебивается слезами. В семье горе. Сын — наркоман. Стаж употребления наркотиков 2 года. Алексей, так звали этого парня, сообщил, что вначале «как и все» (!) в его окружении покурил анашу, дальше — больше. Как-то после концерта рок-музыкантов знакомые предложили «уколоться». Потом втянулся. Вскоре без героина уже не обходился, к игле «привязался» накрепко. Дальше рассказ Алексея и добавления его мамы почти точь-в-точь повторяли рассказы многих наркоманов, которым за годы работы приходилось оказывать психотерапевтическую помощь. Некоторые детали этого рассказа таковы: бесконечные обманы родителей; тайные телефонные разговоры с последующим исчезновением из дома; продажа личных вещей, а затем и воровство у родителей некоторых ценных предметов, денег; озлобленность; немотивированные депрессии или состояния возбуждения; сужение интересов до минимума; исхудание; приступы слабости; бессонница; невозможность, в настоящий момент, по своему самочувствию и психическому состоянию где-либо учиться или работать.

Долгое время Алексею удавалось скрывать от родителей свое пагубное пристрастие. О том, что сын наркоман, родители узнали, обнаружив его в комнате в шоковом состоянии, которое явилось следствием передозировки героина. Он был весь желтый, почти не дышал. Если бы не подоспела реанимация, то шансов остаться в живых практически не оставалось. Алексея спасли, вернее сказать предотвратили смерть.

Попытки вытащить сына из этого омута к счастью дали некоторые положительные результаты. Алексей решил порвать с наркотиками, прекрасно осознавая боль, мучения и трудности, с которыми придется встретиться на пути к выздоровлению. Привычные каналы распространения отравы и «друзей-распространителей» победить было нелегко. К примеру, те люди, у которых он еще вчера покупал наркотик, сегодня предлагали его практически даром. «Бери, не робей, — говорили они, — потом рассчитаешься». Эти люди не давали покоя даже в больнице. Родители Алексея были ошеломлены бесцеремонностью и наглостью наркодельцов. Лишь со временем, когда Алешу увезли на квартиру к родственникам в другой конец города, их напор ослаб.

Лечение в наркодиспансере принесло, со слов Алексея, только незначительное улучшение общего самочувствия. «Ломку» переживал тяжело. Делали капельницы, давали витамины, успокоительные средства. Но тяга к наркотику оставалась непреодолимой, на душе было отвратительно, весь мир казался серым, безликим, ужасным. Через неделю после выписки из стационара он не выдержал и сделал инъекцию героина. Это был тупик.

По объявлению в газете родственники нашли частный наркологический

центр. Стоимость недельного пребывания составила более пятисот долларов. Упор в лечении был сделан на использование каких-то «дорогостоящих и очень эффективных лекарств»... После лечения в этом центре без наркотиков он выдержал около трех недель. И опять сорвался. Все были в отчаянии.

И только по прошествии еще некоторого времени и Алексей, и его родители вспомнили о Боге, о том, что они крещены в Православии. Надеяться осталось только на милость Божию. Эти мысли и привели их в Храм. В то же время они обратились к православным специалистам: врачам и психологам.

Я верю в то, что если желание расстаться с наркотиками у Алексея будет твердым, а покаяние — искренним, глубоким, то Господь, конечно же, явит к нему Свою милость. Убежденность моя подкреплена многими случаями исцелений, когда люди, имевшие даже длительный стаж употребления наркотиков, расставались с ними. Спасало их только одно — вера в Бога. А за этим следовала и борьба со грехом, и работа над собой, и молитва, и покаяние, и стремление к благочестию. Необходимо поскорбеть, потерпеть, потрудиться. Это, если хотите, малая жертва Богу за грехи. И Господь эту жертву примет и подаст Свою благодать, которая уврачуует всякую страсть и немощь.

Трудно переоценить и участие родных, близких в избавлении страждущего от наркомании. Это и молитва за него, моральная поддержка, любовь и милосердие к нему. Надо найти в душе человека хорошее, доброе и развивать это. Важно, чтобы исцеляющийся не замыкался в себе, чтобы он чувствовал душевное тепло, заботу, участие и заинтересованность в его судьбе со стороны близких и друзей.

Вот еще один совет. Если Вы узнали, что Ваш ребенок начал употреблять наркотики — не проявляйте агрессии, дайте понять ему, что он для Вас дорог и Вы хотите ему помочь.

Во время врачебного приема...

Вопрос: Мой сын наркоман. Есть клиники, в которых за несколько дней снимают, с помощью разных лекарств, кризисные явления, нормализуют самочувствие. А что делать дальше?

Самое главное — искреннее, глубокое, твердое стремление Вашего сына расстаться с наркотиками. Наркомания — это болезнь, в основе которой сознательный грех употребления наркотических веществ. А грехи искренне

кающимся прощает Господь.

Врачуются грехи в духовной лечебнице — в Церкви Христовой, в святом Таинстве Исповеди, когда душа обличает себя перед Крестом и Евангелием. Другого пути исцеления нет. В молитве, которую священник произносит перед каждой исповедью, мы слышим, что пришли в лечебницу и неисцеленными не отойдем.

Глубокое раскаяние в содеянных грехах, мольба ко Всемиловитому Врачу душ и телес наших и Пречистой Его Матери, святым угодникам Божиим — первый шаг к исцелению. Это в том случае, если Ваш сын крещен и если в его сердце есть искра веры Христовой, упование на милость Господню. А если этого нет, то это цель, к которой, с Божией помощью, надо стремиться.

Опытные врачи или психологи, лекарственные препараты и психотерапевтические методики (нравственно приемлемые) — все это лишь подспорье, часто необходимое и эффективное. Но не более.

Часто рецидив наркозависимости провоцируют «друзья-товарищи» по шприцу. С этим окружением лучше бы немедленно расстаться. Знаю, что это бывает сделать нелегко, но необходимо. Особенно в первое время Вы должны почаще бывать вместе с сыном, буквально охранять его.

Огради Вас Господи от обращения за «помощью» к оккультным целителям и всевозможным кодировщикам.

Вопрос: Известны ли какие-нибудь косвенные признаки, по которым можно предположить об употреблении наркотиков подростком?

Такие признаки известны. Условно их можно классифицировать по нескольким группам.

Физиологические признаки: бледность кожи; расширенные или суженные зрачки; покрасневшие или мутные глаза; замедленная, несвязная речь; потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи; хронический кашель; плохая координация движений (пошатывание или спотыкание).

Поведенческие признаки: беспричинное возбуждение или вялость; нарастающее безразличие ко всему; уходы из дома; прогулы в школе по непонятным причинам; ухудшение памяти и внимания; бессонница; частая и необоснованная смена настроения; снижение успеваемости в школе; постоянные просьбы дать денег; пропажа из дома ценностей, книг, одежды, украшений; частые телефонные звонки; лживость; неопрятность внешнего вида.

Очевидные признаки: следы от уколов; бумажки и денежные купюры,

свернутые в трубочки; маленькие заточенные ложечки; капсулы, пузырьки, жестяные банки; пачки лекарств снотворного или успокоительного действия.

* * *

Не раз мне приходилось слышать на приеме примерно следующее: «Ну, я лишь изредка покуриваю «травку» (марихуану — *прим. авт.*). Я героин не употребляю и употреблять не буду. Да и наркоманом я себя не считаю. Это другие...» Подобные умозаключения греховны и ошибочны. Душа такого человека в том же плену страстей, только плен этот пока самому человеку, увы, не заметен. Хотя психика и здоровье тяжело страдают, но, может быть, не так, как при героиновой зависимости. Скажу также, что употребляющие марихуану, экстази и другие, как они ошибочно полагают, «легкие» наркотики, образно говоря, встают в очередь за героином. Дело только во времени.

На приеме семья...

Приведу один из примеров внутрисемейных отношений, который нередко встречается на практике. На приеме семья: мать, отец и их сын 22 лет, который употребляет наркотики. Стаж наркозависимости около 2 лет. Во время приема говорила в основном мама. Она рассказывала очень эмоционально, напористо, с дрожью в голосе. При этом она не стеснялась в выражениях, характеризуя своего сына (в его присутствии). Попытки сына вклиниться в беседу жестко пресекались с ее стороны. «Сиди и молчи. Что ты еще можешь сказать?!» — примерно так она обращалась к нему.

Отец сидел в кресле безучастный, периодически поглядывал на часы и всем своим видом показывал, что ему по большому счету все равно. Конечно, хорошо бы было обходиться сыну без наркотиков, но изменить что-нибудь в себе для этого он явно не намеревался. Духовные вопросы также не очень интересовали его. Сказали прийти на прием всей семьей — значит надо прийти, но не более того.

Я осознанно на некоторое время выпустил инициативу из своих рук. Важно было посмотреть на семью со стороны, дать всем проявить себя.

Упущу ряд обстоятельств нашей встречи, но остановлюсь на одном важном моменте. Когда мы остались с парнем вдвоем он сказал прямо: «Уколешься и никого не слышишь... И мама «не достает».

В данном случае властное, подавляющее поведение матери, при всем ее желании помочь своему сыну, на деле лишь усугубляло его бедственное

положение. А отец практически самоустранился.

Типичные грехи, ошибки и заблуждения, возникающие в ходе реабилитации

1. Отсутствие реальной борьбы со грехом по лености, нерадению, беспечности и др. Нежелание меняться в лучшую сторону.

2. Самонадеянность. «Я сам», «Я справлюсь без всякой помощи» и тому подобное.

3. Общение с наркозависимыми друзьями, частое пребывание в их среде.

4. Желание мгновенных результатов (духовных, клинических и иных) и разочарование, если они не приходят сразу.

5. Лживость. Попытки казаться лучше, чем есть на самом деле. Соккрытие фактов употребления наркотиков.

6. Упор на медицинские методы лечения, тогда как медицинская помощь в удельном весе реабилитационных мероприятий незначительна и ограничивается лишь купированием явлений абстиненции.

7. «Цель оправдывает средства», или лечение любой ценой. Под этим девизом страждущие наркоманией становятся добычей разных оккультистов, сектантов или попросту меняют одну страсть на другую (блудную, стяжательство, азарт и т. д).

Из переписки с читателями

Уважаемый Дмитрий Александрович!

Прочитала Вашу книгу «Из дневника православного психиатра». Глава ее «О наркомании и наркоманах» вселила надежду и уверенность в правильности того пути, на который мы встали, спасая жизнь и душу нашего сына. Горе нашей семьи так же велико и неизбывно, как и беда в семье, описанной в этой книге.

Наш сын — наркоман уже 4 года. Неоднократно лечился и в частных наркологических центрах, и в наркологической больнице №17. Самый большой перерыв в употреблении героина составил 10 месяцев, после которого у него родилась дочь (сын женат). Девочке в настоящее время 8

месяцев.

Сын опять на игле. Брак под угрозой распада. Господь свел меня с женщиной глубоко религиозной, которая посоветовала мне обратиться к помощи Божией.

Я, прожив греховную, страстную жизнь, снова пришла в Храм, причащаюсь, молюсь за сына, взяла благословение у бабушки на пост. У сына появилось осмысление греха, покаянные слезы, но пока духовное выздоровление идет очень медленно и со срывом. Сама я еще в начале духовного пути, не крепка в Вере и многое не могу ему объяснить. Мне хотелось бы обратиться к помощи православных врачей и психологов для укрепления сына в Вере и надежде на Господа.

А. П.

Это одно из многих писем по поводу наркомании, полученных мною за последние месяцы. Оказывая помощь страждущим наркоманией, я заметил следующую закономерность. Первыми на прием приходят родители. Голоса дрожат, на глазах слезы. В семье горе — сын или дочь употребляют наркотики. «Что нам делать? Как быть? Кто сможет спасти наших детей?» — эти вопросы буквально написаны на их лицах и истерзанных скорбью сердцах.

После непродолжительной беседы, как правило, выясняется, что духовная жизнь у самих родителей закончилась после принятия ими Крещения, так и не успев начаться. Либо родители и вовсе не крещены. Соответственно, и их чада воспитывались в атмосфере бездуховности. Практически никто из них никогда не задумывался о том, что они тяжко грешат. О Боге, о Церкви, в их семьях вспомнили тогда, когда вопрос встал остро и определенно: **либо — жизнь, либо — скорая смерть.**

Во многом виноваты родители, которые не научили своих детей вере Христовой (так как и сами, зачастую, находились в безверии), не привили послушания, не следили за тем, как и с кем сын или дочь проводят время. И результат не заставил себя долго ждать.

Но вернемся к приему. Чадо-наркоман вместе с родителями почти никогда не приходит. «Он еще не созрел», — говорят они.

Иные — заверяют своих родителей, что совсем скоро и сами прекратят колотиться без посторонней помощи. Но заверения эти, увы, так и остаются лишь пустым звуком.

После выяснения ряда необходимых для реабилитации подробностей и до того как произойдет встреча со священником, я рекомендую начать **духовное оздоровление среды** вокруг наркомана. Советы эти даются родителям и

известны они каждому православному человеку. А именно: принести покаяние, навязать молиться, поститься, посещать Богослужения, обвенчаться Церковным браком, освятить жилище. Словом, говоришь о том, что надо быть с Богом, молиться Ему, каяться в своих грехах.

Мне запомнились слова одного молодого человека: «Мы пришли сюда (он имел ввиду православный реабилитационный центр) получить помощь, а обрели новое мировоззрение, обрели Православие».

Повторю, что недуг наркомании — недуг греховный. Хирургическим скальпелем, лазерным лучом или сильнодействующими таблетками его не одолеть.

Скажу еще следующее: помочь страждущему прекратить употреблять наркотики можно, при его желании и помощи Божией, довольно быстро. Труднее всего удержаться в трезвости, преодолеть пагубную зависимость. Память еще долго будет хранить в своей кладовой «сладость» этого греха и греховные желания нет-нет да и помутят рассудок. Но Благодать Божия покроет и уврачуеет всякую немощь и страсть. Надо только жаждать этой Благодати, не забывать о душе, не оставлять Церкви Христовой.

Еще одно признание:

Я три раза лечился в больнице, но мне это не помогало, хотя есть и приличные больницы и очень хорошие доктора. Один из них мне сказал: «Я уже бьюсь над этой проблемой шестнадцать лет. Но...» Проходишь сорокадневный медикаментозный курс — и иди на все четыре стороны.

Все мои знакомые считали, что я конченный. Последний раз я лежал в больнице и видел, как многие продолжают колоться и там. Помню, одного увезли в реанимацию и не откачали. По отделению из рук в руки ходили два шприца и кто хотел, пользовался ими. Вы представляете, какое количество венерических болезней и ВИЧ-инфицированных?! Сам видел, как два санитаря крутили парню руки со словами: «Извини, но у тебя СПИД».

Я написал заявление на имя заведующего отделением, что не считаю целесообразным лечиться в такой обстановке... И опять начал колоться.

Сейчас у меня девять месяцев воздержания. Я понял, что наркотики — это суть бесовская. Если человек понимает, что он немощен, болен, искренне раскаивается в этом, Господь его услышит.

Н.О.

А вот другой пример, но пример противоположный.

Родители одного юноши, употребляющего наркотики, отправили его на

Камчатку ловить крабов. Условия суровые, дисциплина на судне была железная, наркотиков не было. Трудно поверить, но этот молодой человек продержался без героина четыре года (срок договора), заработал неплохие деньги, вернулся домой и ... удвоил дозу наркотиков по сравнению с предыдущей.

Родители и знакомые были буквально в шоке. Им казалось, что вопрос снят с «повестки дня». А тут такое! Произошло это, на мой взгляд, потому, что парень ничего не изменил в своей душе, чтобы искоренить недуг. Он просто терпеливо ждал окончания контракта и все вернулось на «круги своя».

О помощи Божией раскаявшимся наркоманам

Я «просидела» на героине 1,5 года. Это было самое жуткое время в моей жизни. Я потеряла все: родителей, друзей, любимого человека... И самое главное — я потеряла себя, свою ДУШУ!

Мне ничего не было нужно. Вся моя энергия направлялась на поиск очередной дозы. Я обманывала родителей, близких мне людей. Это был кошмар. Мне оставалось только ждать конца всем этим мучениям. Наркотики измучили меня, губили мою душу.

С Божией помощью теперь я живу без наркотиков. Это не иначе как чудо. Спасти из этой бездны может только Господь!

Я счастлива и благодарна Господу за свое избавление.

С., 22 года.

*** * ***

В 19 лет я «села» на иглу. Кололась психостимуляторами, в основном эфедрином. В Бога не веровала. В течение 2-х лет пыталась бросить самостоятельно, но все попытки были безуспешными. Больше сорока дней не выдерживала. В то время наркоман был равен преступнику. Я понимала, что впереди у меня или тюрьма или ЛТП. Мои близкие о том, что я колюсь, не знали. С мужем я развелась. На руках у меня был маленький ребенок...

Пережив клиническую смерть, я поняла, что есть Бог и осознала, что бросить наркотики я

без Его помощи не смогу. Вскоре, не помню как, я захотела зайти в храм. Я пришла в храм и подошла к иконе, которая как бы притянула меня к себе. Это была икона Божией Матери «Феодоровская» (об этом я узнала позже). Я стала просить Богородицу избавить, исцелить меня от пристрастия к наркотикам и молилась так: «Мать Божия, Ты же Сама Мать, если не ради меня, то ради моего ребенка помоги мне». Одетая я была жутко, сильно накрашена. Люди на меня шибко косились, но никто ничего не сказал. Я первый раз в жизни молилась, у меня градом текли слезы. Из храма не хотелось уходить.

Прошло несколько месяцев, но я так и не оставила своего греха. Но вот что со мной произошло. Я стояла на платформе, ждала электричку и в голове у меня прозвучал голос: «Что вы делаете? Вы подобны людям, плывущим по чистой воде и пьющим нечистоты». Я стала мысленно как бы оправдываться: «Я не могу бросить, у меня нет сил», — и слышу в ответ: «Можешь. У тебя есть силы». И я почувствовала, что действительно могу.

М., 29 лет.

Больше эта девушка никогда не употребляла наркотики, стала христианкой, воцерковилась и в настоящее время пытается чем может помогать людям избавиться от этого греховного недуга.

* * *

У меня в руках письмо от человека, который употреблял наркотики с перерывами около 11-ти лет, дважды отбывал заключение в колонии, потерял семью, работу. И вот этот человек приходит к вере, обретает Бога.

Он пишет, что уже регулярно посещал храм, стал приносить покаяние во грехах, но наркотики «душили», хотя дозы были значительно сокращены. Борьба с наркотиками была очень трудной, но Господь явил чудо исцеления. Вот как это было:

«Эта ночь стала для меня незабываемой, как первый день моего избавления. Я большую часть ночи слезно молился, чтобы Господь помиловал меня. И в одно мгновение я почувствовал, что я свободен от наркотиков... ну, о том, что было со мной потом физически, Вы, как врач, знаете, но зато духовно... передать ту радость, которую я испытывал, кажется, невозможно, ее можно только пережить».

Теперь автор этого письма трудится при храме и благодарит Господа за Его великую милость, явленную к нему.

Небесное заступничество

На всех путях жизни, во всех скорбях и болезнях, в радости и в горе, во всякое время и на всяком месте, христиане молятся ко Господу, к Пречистой Его Матери — усердной Заступнице рода христианского, святым ангелам и человекам, которых мы называем угодниками Божиими, то есть тех, кто жизнью, подвигами, добродетелями или страданиями угодили Богу.

Промыслу Божиему было угодно наделять святых дарами разнообразной помощи людям, в том числе и исцелять недуги, врачевать немощи и страсти, примирять враждующих, умирать нашу жизнь.

Читая жития святых, порой можно заметить некоторое сходство их земной жизни, подвигов или страданий с теми чудесами, той благодатной помощью, которая совершается по их благомошному ходатайству ко Господу за нас, нашего ради спасения. Этот благодатный дар исцелять душевные и телесные недуги некоторые святые получали от Владыки Вседержителя еще на земле, иные — в Царствии Небесном.

Издравле русские люди шли к мощам преподобного Сергия Радонежского, молились у чудотворных икон Пресвятой Богородицы, святителя Николая Чудотворца, преподобного Серафима Саровского — да и перечислить ли всех угодников Божиих, к кому обращался страждущий люд за целебной помощью и не был оставлен без оной.

Если говорить о недуге винопития (а теперь еще и потребления наркотиков), то в христианской традиции принято молиться об избавлении от страсти пьянства — мученику Вонифатию, преподобному Моисею Мурину, святому праведному Иоанну Кронштадтскому; святителю Вонифатию Милостивому.

От всех недугов — святому великомученику и целителю Пантелеимону; вообще в болезнях — святителю Спиридону чудотворцу, епископу Тримифунтскому, преподобному Пимену многоболезненному, мученику Диомиду врачу, бессребреникам и чудотворцам Косме и Дамиану Асийским, бессребреникам мученикам Киру и Иоанну, мученикам Фотию и Аниките, Фалалею и Трифону.

Все святые, молитесь Бога о нас!

Он вновь сказал: «Мама».

Пример благодатной помощи святого праведного Иоанна Русского

В июне 1976 года в одну из горных деревушек близ города Арты (Греция) приехали трое подростков из четырех, что учились в городской гимназии. Не было только Афанасия, сына Димитры П. Единственное чадо в семье, он рано потерял отца, страдавшего заболеванием печени. Мать, при всей своей бедности, хотела, чтобы сын учился. Отправила его в Арту, здесь он кончил гимназию, а потом и лицей. Узнав, что ее сын не приехал в деревню, мать бежит к его однокласснику Г. Гиузели узнать, что случилось. Георгий рассказал ей всю правду. Афанасий с марта месяца практически перестал учиться, попал в плохую компанию, сдал комнату и куда-то исчез. «Пойми, тетя Димитра, с ним творится что-то неладное».

Мать в ужасе. От горя она даже не могла плакать. Ради чего же она во всем себе отказывала, ради кого она терпела лишения. Наконец, она решает ехать в Арту. У соседей квартиры, которую она снимала для сына, узнала все подробности. Но куда идти, где искать сына? Возвратившись в село, мать днем и ночью молилась о помощи Божией.

И вот через четыре дня приезжает домой ее сын. Вид неряшливый, злые глаза. Она его не узнала. В кого он превратился?! Вместо приветствия она услышала лишь одну фразу: «Эй, у тебя деньги есть? Давай сюда, я спешу».

Мать попробовала что-то сказать и возразить, но получила удар в спину. Забрав деньги, сын исчез. Истратив, он возвращался вновь и вновь. Бил мать, забирал деньги и опять исчезал.

Восемь лет продолжалась эта драма. Мать превратилась в живой скелет. Уйдет ли ее сын из шайки наркоманов или его посадят? Или он погибнет физически?

В безнадежности несчастная женщина послушала совет соседки: «Поезжай к мощам святого Иоанна на остров Эвбю. Он — Чудотворец. Попроси его, он услышит твою боль, поможет твоей печали».

Мать поехала. Совершили молебен перед мощами, после которого бедная женщина воскликнула: «Возврати мне моего сына, святой Иоанне. Найди его, вразуми его. Пусть, как и прежде, он скажет мне: «Мама».

На следующий день мы совершили литургию, поминая имя заблудшего сына, и мать уехала. В селе она нашла дом открытым, ее сын ждал ее.

«Мама, — первое, что он сказал ей, — я вернулся, ты хотела этого. Я

раскаялся во всем, что сделал. Я теперь буду жить в этом доме, доме моего отца. Только вчера я понял, что совершил преступление перед тобой и перед самим собой».

Мать не в силах была сдержать слез. Лишь вечером она смогла произнести: «Добро пожаловать, дитя мое. Завтра утром я уеду поблагодарить того, кто нашел тебя и вернул в дом».

Через два дня мы вновь увидели в храме эту женщину, думая, что она еще не доехала до дома. Но нет, она доехала и обрела своего сына, который вновь сказал ей: «Мама».

*«Новые чудеса св. Иоанна
Русского»
(составитель прот. Иоанн
Вернезос, Греция, 1997).*

В ПОМОЩЬ ПРАВОСЛАВНОМУ ВРАЧУ И ПСИХОЛОГУ

ПРОГРАММА ДУХОВНОЙ И МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ, СТРАДАЮЩИХ НАРКОМАНИЕЙ

Программа является религиозно-направленной и рассчитана на людей православного вероисповедания, или сочувствующих и стремящихся познать Истину святого Православия и с Божией помощью преодолеть свой греховный недуг.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Оказание духовной и медико-психологической помощи страждущим недугом наркомании. Основа программы — Православная нравственность, а также отношение к употреблению наркотиков как к тяжкому греху, при благоговейном отношении к душе страждущего как к образу и подобию Божию.

ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ ТЕРАПИИ НАРКОЗАВИСИМОСТИ — НЕ ТОЛЬКО ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ НАРКОТИКОВ, НО СОДЕЙСТВИЕ В НРАВСТВЕННОМ, ДУХОВНОМ ВОЗРОЖДЕНИИ ЛИЧНОСТИ

СТРАЖДУЩЕГО

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

1. Устранение физической зависимости от наркотиков
2. Решение вопроса психической зависимости от наркотических средств путем решения глубинно-личностных, мировоззренческих и нравственных проблем.
3. Профилактика наркомании

ПРОГРАММА НАПРАВЛЕНА на:

- Избавление от недуга наркомании
- Нравственное возрождение личности
- Обретение семьей, обществом полноценных граждан

СОДЕРЖАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ

Большинство авторов (ученых-наркологов и практических врачей) выделяют три последовательных этапа в лечении наркомании, а именно:

- а) этап дезинтоксикационной и общеукрепляющей терапии
- б) этап целенаправленного воздействия на личность наркомана
- в) этап поддерживающей терапии

ПЕРВЫЙ этап лечения включает в себя назначение в терапевтических дозировках медикаментозных средств, таких как транквилизаторы, нейролептики, дезинтоксикационные препараты, витамины, симптоматические средства (анальгетики и др.). По показаниям — проведение пиротерапии, гемосорбции. На более поздних этапах назначается физиотерапия. Лечебное воздействие сопровождается рациональной (разъяснительной) психотерапией. Этап медикаментозной терапии проводится в условиях стационара (реже — в амбулаторных условиях) специалистами психиатрами-наркологами.

ЭТАП ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ЛИЧНОСТЬ НАРКОМАНА составляют:

Психотерапия «пограничных» расстройств: тревоги, депрессии, раздражительности, внутреннего напряжения, бессонницы и др. Психотерапевтическое сопровождение ремиссии.

Семейная психотерапия. Анализ обстоятельств, могущих спровоцировать срыв и совместный поиск путей их преодоления. Раскрытие позитивных личностных качеств страждущего наркоманией и опора на них в ходе реабилитационных мероприятий.

Проведение психологической диагностики и предоставление комплекса рекомендаций, соответствующих психологическому типу личности.

Одной из важнейших задач православной психотерапии является содействие человеку (пациенту) в осознании им психологических страстных механизмов болезни или конфликтной ситуации. Формирование у страждущих наркоманией отношения к наркомании как к греховному недугу. Обсуждение вопросов, касающихся смысла жизни, понятий «грех», «страсть», беседы о христианских добродетелях. Духовно-психологическая подготовка к таинству Исповеди. Содействие в воцерковлении.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРАВОСЛАВНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

1. Исповедание Православной веры и привнесение ее спасительной Истины и духовной чистоты в лечебный процесс. Психотерапевты, соприкасаясь с душой своего подопечного, должны иметь чувство благоговения, ибо каждый человек — обладатель величайшего дара Божиего — святости души, которая есть образ и подобие Творца.

2. Базирование психотерапевтической деятельности на святоотеческом наследии. Обучение пациентов необходимым навыкам в аспектах самопознания, духовного совершенствования и нравственного воспитания. Содействие в воцерковлении больных и страждущих.

3. Исключение из лечебной работы методов, связанных с насилием над личностью, ложью, лицедейством, оккультно-мистических, механистических психотехник (типа программирования, кодирования и прочих) и иных душевредных воздействий.

ПАСТЫРСКОЕ ОКОРМЛЕНИЕ

Пастырские собеседования и проповеди;
Занятия в группе по изучению Св. Писания;
Приобщение к церковной жизни и Таинствам Церкви;
Литургическая жизнь, служение молебнов, паломнические поездки;
Духовная реабилитация и воцерковление в условиях монастыря (выезд на 2—3 месяца в монастырь в качестве послушника);

ЭТАП ПОДДЕРЖИВАЮЩЕЙ ТЕРАПИИ и духовно-психологической помощи осуществляется в форме пастырского душепопечения, динамического врачебного и психологического наблюдения.

ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Выступления перед разнообразными аудиториями слушателей: в школах, лицеях, институтах, воинских частях и др. Публикация статей, брошюр, книг, освещающих проблему наркомании и ее духовной сущности. Выступления с той же целью на радио и телевидении. Подготовка аудио- и видеоматериалов для распространения их среди населения.

О ГРЕХЕ КУРЕНИЯ

Святые отцы о курении

Человек извратил самые наслаждения чувственные. Для обоняния и вкуса, и отчасти для самого дыхания, он изобрел и воскуряет почти непрестанно острый и пахучий дым, принося это как бы постоянное кадило демону, живущему во плоти, заражает этим дымом воздух жилища своего и воздух внешний, а прежде всего пропитывается этим зловонием сам, — и вот вам постоянное огрубление своего чувства и своего сердца поглощаемым постоянно дымом не может не действовать и на тонкость сердечного чувства, оно сообщает ему плотность, грубость, чувственность.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

Табак расслабляет душу, умножает и усиливает страсти, омрачает разум и разрушает здоровье медленной смертью. Раздражительность и тоска — это следствие болезненности души от табакокурения.

Преподобный Амвросий Оптинский

В 1905 году афонский старец Силуан провел несколько месяцев в России, часто посещая монастыри. В одно из таких путешествий в поезде он занял место напротив купца, который с дружеским жестом раскрыл перед ним свой серебряный портсигар и предложил ему сигарету..

Отец Силуан поблагодарил за предложение, отказавшись взять сигарету. Тогда купец начал говорить: «Не потому ли, батюшка, Вы отказываетесь, что считаете это грехом? Но курение помогает часто в деятельной жизни; хорошо прервать напряжение в работе и отдохнуть несколько минут. Удобно при курении вести деловую или дружескую беседу и, вообще, в ходе жизни...» И дальше, пытаясь убедить отца Силуана взять сигарету, он продолжал говорить в пользу курения.

Тогда все-таки отец Силуан решил сказать: «Господин, прежде чем закурить сигарету, помолитесь, скажите одно «Отче наш». На это купец ответил: «Молиться, перед тем как курить, как-то не идет». Отец Силуан в ответ заметил:

«Итак, всякое дело, перед которым не идет несмущенная молитва, лучше не делать».

Из истории распространения греха

...Когда двенадцатого октября 1492 года Колумб пристал к острову Сан-Сальвадор, то он и его спутники были поражены невиданным зрелищем: краснокожие жители острова выпускали клубы дыма изо рта и носа!.. Дело было в том, что индейцы справляли священный праздник, на котором курили особую траву (свернутый высушенный лист ее — род теперешней сигары — назывался у них «табако», отсюда и пошло нынешнее название) — до полного одурения, надо прибавить, причем в этом состоянии они входили в общение с демонами и после рассказывали, что им говорил «Великий Дух».

По приезде на родину наших мореплавателей, те, которые нашептывали в уши индейцам, шепнули и этим, чтобы они познакомили европейскую публику с новым «удовольствием».

И вот, при благосклонном участии и тайном возбуждении от бесов, по всей Европе и даже Азии началась буквально повальная горячка

табакокурения. Чего правительство и духовенство ни делали, чтобы прекратить это зло, — ничего не помогало!

Епископ Варнава (Беляев)

О вреде курения для здоровья

О вреде курения сказано и написано много. Как врач, я лишь напомню, что табак содержит около тридцати вредных для здоровья веществ. Самым опасным из них считается алкалоид никотина. Среди курильщиков особенно много больных бронхо-легочными заболеваниями. И, пожалуй, самым грозным последствием курения является рак легких. Дело в том, что табачный дым содержит канцерогены (вызывающие раковую опухоль вещества). Это, например, бензопирен и его производные.

Курильщиков много. Среди них все возрастные категории: от детей до престарелых. Курят мальчики и девочки, курят женщины, курят даже некоторые беременные...

В Москве, по данным исследования, возраст приобщения к курению снизился до 10 лет у мальчиков и до 12 лет у девочек. Прискорбная реальность.

Надо сказать, что на детский организм курение оказывает особо пагубное воздействие. Кроме всего прочего, у подростка формируется комплекс нервно-психических отклонений. Страдают внимание, память, сон, «скачет» настроение.

У курильщиков развивается никотиновый синдром. Это та же зависимость, что и от алкоголя и наркотиков, только менее разрушительная для здоровья. Хотя как сказать. Ведь рак легких — аргумент не в пользу безобидности (по мнению некоторых) этого пагубного пристрастия.

Кстати упомянуть и о том, что по новой классификации болезней, вступившей в силу в 1999 году, табачная зависимость официально признана недугом. А мы добавим — греховным. Так как курение — это потворство своим прихотям, это вид самоуслаждения. Правильно сказано, что курить — бесам кадить.

Душеполезное чтение

В биографии С. А. Нилуса* есть повествование об исцелении его супруги от тяжкого недуга и связанного с этим другого чуда, а именно — его

избавления от многолетнего порока курения.

«...7 июля 1909 г. Сегодня ночью со мной был тяжелый приступ удушливого кашля. Поделом! — это все от куренья, которого я не могу бросить, а курю я с третьего класса гимназии и теперь так насквозь пропитан никотином, что он уже стал, вероятно, составной частью моей крови. Нужно чудо, чтобы вырвать меня из когтей этого порока, а своей воли у меня на это не хватит. Пробовал бросать курить, не курил дня по два, но результат был тот, что на меня находила такая тоска и озлобление, что этот новый грех становился горше старого. О. Варсонофий запретил мне даже и делать подобные попытки, ограничив мою ежедневную порцию куренья пятнадцатью папиросами. Прежде я курил без счета...»

Это было сказано в 1-й ч. «На берегу Божьей реки», стр. 230. Теперь следует посланная рукопись 32: «Придет ваш час, — сказал о. Варсонофий,— и куренью настанет конец». «Надейся, не отчаивайся: в свое время, Бог даст, бросишь», — по поводу того же куренья, от которого я никак отстать не мог, сказал мне о. Иосиф. И чудо это, по слову обоих старцев, надо мной совершилось. А было это так.

Живем мы с подружием моим, женой моей Богоданной, что называется душа в душу, в полном смысле Евангельского слова, так, что мы не двое, а одна плоть. Великая эта милость Божия, нам дарованная свыше, по глубокой и убежденной нашей вере в таинство брака, к которому мы оба в свое время приступали со страхом и трепетом. И вот, в июне 1910 г. жена моя заболела какой-то странной болезнью, которой ни фельдшер оптинский, ни приглашенный врач определить не могли: утром почти здорова, а как вечер так и до 40°С температуры. И так и неделя, и другая, и третья! Вижу, тает на моих глазах моя радость, тает, как восковая свечечка и вот-вот вспыхнет в последний раз и погаснет. И великой, безмерно великой тоскою и скорбью исполнилось тогда мое сиротеющее сердце, и пал я ниц пред иконой Божией Матери Одигитрии Смоленской, что стояла в углу моего кабинета, и плакал я перед Ней, и ужасался и тосковал и говорил Ей, как живой: «Матушка Царица моя Препоблагословенная Богородица! Ты, верую, дала жену ангела моего, Ты же и сохрани мне ее, а я Тебе за то обет даю не курить больше никогда. Обет даю, но знаю, что своими силами исполнить его не могу, а не исполнить — грех великий, так Ты Сама мне помоги!» Так было это часов около десяти вечера. Помолвившись и несколько успокоившись, подошел к постели жены. Спит, дыхание тихое, ровное. Дотронулся до лба: лоб влажный, но не горячий — крепко спит моя голубушка нежная. Слава Богу, слава Пречистой! На утро температура 36,5°С, вечером 36,4°С и через день встала, как и не болела. А я забыл, что курил, как не курил никогда, а курил я ровно тридцать лет и три года, и весь организм мой был так пропитан проклятым табачищем, что я без него жить не мог не только дня, но и минуты. Это ли не чудо Одигитрии? Аминь».

[*] Известный православный писатель.

НЕ УЧАСТВУЙТЕ В ДЕЛАХ ТЬМЫ

Господи, покрый мя от человек некоторых, и бесов, и страстей, и от всякия иныя неподобныя вещи.

Из молитвы св. Иоанна Златоуста

Годы атеизма и гонений на Православие не прошли бесследно. Выросло почти два поколения людей, не знавших Бога и Его святую Церковь. Сегодня мы переживаем очень трудное время. К большой скорби, духовный вакуум у части наших соотечественников (и не такой малой) заполняется лжеучениями, ересями, всевозможными сектами, увлечением оккультизмом.

С помощью этих суррогатных средств кто-то пытается обрести спасение, иные — хотят исцеления от недугов, другие — оказываются жертвой обмана, психологической обработки или собственного религиозного невежества.

Людям, не имеющим настоящей веры, угрожают суеверия, всевозможные эрзац-ценности (магия, оккультизм, фетишизм и т. д.). Найдутся и «духовные» наставники, готовые несколькими пассажами «исцелить» души и тела страждущих. Их рекламные плакаты или объявления в прессе свидетельствуют об умопомрачительных «эффектах». Например: «Всего за два сеанса лечу гипертонию, астму, рак, диабет и т. д.». Через запятую перечисляются десятки заболеваний, которые должны исчезнуть после нескольких мановений рук какого-нибудь экстрасенса или колдуна.

Для этих «экстраординарных» личностей не существует разницы между незначительным и кратковременным облегчением, возникающим в силу известных психофизических законов, выздоровлением или духовной прелестью. Люди втягиваются в своеобразную «игру», шансов на выигрыш в которой нет.

Православный мирянин и писатель Н. Д. Гурьев в своей книге «О добре и зле» задает себе и всем нам тяжелые вопросы: «Может быть, это те, кто пришел «во имя свое» и которым будут верить и уже верят погибающие? Может быть, разница между ними и Антихристом только в том, что он попытается прельстить и избранных, а эти — соблазняют «заурядных?» Трудные вопросы. Ответы на них даст нам Господь.

Не могу не сказать о жертвах тоталитарных сект, в которых люди губят свои души. Имена «вождей» этих сект известны. Некоторые из них находятся под следствием (лидеры Белого братства, Аум Сенрике); иные — в таежной глуши создают изолированные общины и калечат людей, доводя их до истощения или умопомешательства (секта Виссариона). Есть и такие, которые прикрываются внешней интеллигентностью и обходительностью. Результаты деятельности названных и иных сектантов для большинства их учеников примерно схожи — духовное разложение, психические нарушения, материальный ущерб и подрыв здоровья. К сожалению, далеко не просто вырвать заблудшую душу из этого омута. Иногда все заканчивается очень печально.

Как христианин и врач, я с определенностью заявляю, что люди, втянутые в секты или ставшие жертвами оккультных воздействий, часто переживают психологические срывы, испытывают сильнейший душевный дискомфорт, а порой и заболевают психически. В сектах нет благодати Божией. А то, что со многими людьми (особенно крещеными в Православии) начинают твориться неладные вещи, то может быть наказание или вразумление Господне за вероотступничество.

Священник и профессор-невропатолог о. Анатолий (Берестов) в своей книге «Число Зверя» подробно описывает синдромы так называемой «оккультной болезни», в числе которых: фобический (появление стойких страхов); психотический (по типу псевдогаллюцинаторного синдрома Кандинского-Клерамбо); психосоматические синдромы, а также иммунологические нарушения, делающие организм человека, ставшего жертвой оккультных влияний, уязвимым ко многим заболеваниям (частые простуды, отиты, пневмонии и др.). Особенно выделяется склонность к возникновению и прогрессированию онкологических заболеваний. Там, где оккультизм, там, зачастую, и наркотики, и разврат, и другие тягчайшие грехи.

Если у человека имелись отклонения в психике, то оккультное «целительство» их резко усилит. А сколько скорби заблудшие приносят своим близким! Рушатся семьи, прахом идет нажитое трудом имущество — все это реальные плоды многих оккультных и сектантских воздействий. Приведу несколько примеров.

На прием обратился И., 32 года, военнослужащий. Его супруга, будучи крещеной в Православии, перешла в секту «свидетелей Иеговы». Все свободное время посвящает секте. Избегает общения с близкими и друзьями, которые не являются ее единоверцами. Постоянно грубит И., всем раздражается. Последнее время ушла в себя, днями не разговаривает с домашними, психологически накаляет обстановку. Неоднократно склоняла супруга к переходу в их секту. Все его доводы о губительности секты злобно парировала. Пытается проповедовать ребенку. На этом фоне у И. развилось

невротическое состояние с бессонницей. Стал алкоголизироваться.

З., 19 лет. Страдает психическим заболеванием, но длительное время наблюдалась ремиссия и был социально адаптирован. В течение двух недель обманном путем удерживался группой людей, которые «исповедовали какую-то восточную религию». Эти люди заставили его снять крест, молиться по-своему, медитировать. В результате произошла резкая декомпенсация психического состояния и З. была рекомендована госпитализация.

М., 25 лет, крещеная. Была в секте «Белое братство». Со слов М., вела себя, как одержимая. Была агрессивна, напориста, раздражалась по любому поводу. Отдала в секту все свое имущество. Мать М. обратилась за помощью в один из женских монастырей с просьбой молиться о заблудшей дочери. М. рассказывает, что во время одной из поездок в Москву на организационное собрание (к этому времени она уже превратилась в одного из региональных лидеров «Белого братства») почувствовала, что как будто пелена с глаз сошла, и в голове все прояснилось. Сразу же вернулась домой и прекратила сектантскую деятельность. Уверенно говорит, что ее отмолили матушка-игуменья и сестры монастыря.

К., женщина средних лет, к счастью, принеся покаяние о занятиях оккультизмом, поведала, что в течение ряда лет она усиленно изучала оккультные явления и распространила свои увлечения на членов семьи. Она прошла: «посвящение на Шамбалу (высшая магия), окончила курсы экстрасенсов, вызывала духов, видела НЛЮ, лечилась «заряженной» водой, гадала у зороастрийцев и еще многое другое. Результат: у мужа и у сына развиваются тяжелые психотические состояния. Может быть, эти люди и были склонны к их возникновению. Но, как утверждает К., связь оккультной пагубы и их семейных бед была явной.

Из письма В., 30 лет: «...Пребывание в секте (сайентология) крайне негативно отразилось на моих отношениях с окружающими меня людьми, и в первую очередь — на близких. Мое мышление стало приобретать «правильную» компьютерную форму, американизироваться... Мое существование превратилось в настоящий хаос и кошмар. Самое тяжелое для меня также видеть, что моя болезнь заразна. У всех, кто со мной общается, повышается давление, начинают происходить негативные явления и всякие расстройства...».

Т., 49 лет, рассказала следующее. Более 15-ти лет тому назад ее мужу кто-то из знакомых сказал, что у него «порча» и надо ехать за помощью к экстрасенсу, что он и предпринял. После каких-то манипуляций и нашептываний экстрасенс (им была женщина) сказала, что «порча» снята. Затем она дала какие-то снадобья и заставила побрызгать по всей квартире. После поездки к экстрасенсу, со слов жены, муж был растерянным, безучастным к семейным делам, его все время тянуло опять побывать на

«лечения». Вскоре он вновь уехал к экстрасенсу. Вернулся он, как говорит Т., совершенно измененным: отрешенный взгляд, поведение скорее напоминало робота, а не человека... Некоторое время спустя он исчез, и о нем ничего не было известно в течение нескольких лет (до этого был хороший семьянин и любящий отец). После долгих поисков жена разыскала его. Он работал помощником все того же экстрасенса. Как утверждает Т., он совершенно психически изменился и был как подчиняемый робот. С момента своего «лечения» он оставил семью, работу, не общался со своими родителями.

И еще. Отец психически больного молодого человека обратился за помощью и советом. Сын попал к экстрасенсу, все личные средства тратит на встречи с ним, пренебрегает необходимым лечением, стал полностью зависим от него. Состояние его здоровья ухудшается.

Женщина 50-ти лет, крещенная в Православии, перешла в секту. Ее сын, до этого послушный, спокойный юноша, становится наркоманом.

Строки из письма: «У нас довольно близкий родственник пил сильно. После кодирования пить перестал, семья довольна. Он теперь только работает, добро наживает. Купил самую дорогую во всей деревне машину. И спиртным, водкой торгует. Сам не пьет, а другим пить помогает. Вот так один вред другим заменился. А вот еще случай. У знакомых сын стал прислуживать в храме. А отец его стал сохнуть. Решили, что сглаз. Он сходил к «целительнице». Выздоровел. А сын от храма отошел и курит».

Прошли телесеансы Кашпировского, Чумака и других «целителей». Сколько людей пострадало?! Сколько душ было втянуто в эту страшную «игру», шансов на выигрыш в которой нет!

Экстрасенсы и иные оккультные «целители» используют в своей практике особые состояния сознания. Более того, считают их неизменным условием для успешного результата. Отец Анатолий (Берестов) и академик нейрофизиолог С. В. Крапивин, исследовав работу мозга людей, находившихся в состоянии медитации (гипноза, самогипноза) пришли к такому выводу: «Полагают, что состояние медитации благотворно сказывается на здоровье человека, поскольку при этом снижаются ритм дыхания, частота сердечных сокращений, уровень лактата плазмы крови, происходит миорелаксация. Считается даже, что такое необычное состояние есть лучший отдых. Однако при подробном рассмотрении электроэнцефалограмм ясно, что это никакой не отдых, а совсем особое и странное состояние мозга — опасная мобилизация всех мозговых ресурсов, всех физиологических сил мозга».

Так вот, через это особое состояние сознания, когда «ворота» души раскрыты, гипнотизер или оккультист становится проводником темных сил и служит сатане. Вот почему Православная Церковь определяет гипноз как «сознательное служение злу», называет его явлением «разрушающим дух

человека». Подчеркивается, что в гипнозе используются темные силы духовного мира (Журнал Московской Патриархии, №12, 1989).

МОЛИТВА

Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, огради мя святыми Твоими ангелы, молитвами Всепречистыя Владычицы нашея Богородицы и Приснодевы Марии, силою Честнаго и Животворящаго Креста, святаго архистратига Божия Михаила и прочих Небесных сил безплотных, святаго пророка, Предтечи и Крестителя Господня Иоанна, святаго апостола и евангелиста Иоанна Богослова, священномученика Киприана и мученицы Иустины, святителя Николая, архиепископа Мир Ликийских, чудотворца, святителя Льва, епископа Катанскаго, святителя Никиты Новгородскаго, святителя Иоасафа Белгородскаго, святителя Митрофана Воронежскаго, преподобных Зосимы и Савватия Соловецких, преподобнаго Серафима Саровскаго, чудотворца, святых мучениц Веры, Надежды, Любви и матери их Софии, святаго мученика Трифона, святых и праведных богоотцев Иоакима и Анны и всех святых Твоих, помози мне, недостойному рабу Твоему (*имя молящагося*), избави мя от всех навет вражиих, от всякаго зла, колдовства, волшебства, чародейства и от лукавых человек, да не возмогут они причинити мне никакого зла. Господи, светом Твоего сияния сохрани мя заутра, и полудне, и вечер, и на сон грядущаго и силою благодати Твоея отврати и удали всякая злая нечестия, действуемая по наущению диавола. Аще кое зло замыслено или соделано есть, возврати его паки в преисподнюю. Яко Твое есть царство, и сила, и слава, Отца и Сына и Святаго Духа. Аминь.

О ДУХОВНОМ И ДУШЕВНОМ ЗДОРОВЬЕ

Как соотносятся духовное и душевное здоровье? Можно ли быть душевно больным и духовно здоровым? И напротив: будучи духовно больным сохранять психическое здоровье? Вопросы эти не новы. Впрочем, обо всем по порядку.

Духовное и душевное в человеке значительно разнятся. Как пишет святитель Феофан Затворник: «Душевность же в человеке, не приявшем благодать или потерявшем ее, как облако какое, стоит между лицом человека

и Богом, пресекая общение между ними... Преобладание души, ровно как и преобладание тела, есть отрицание жизни по духу». Укажу еще на то, что бывший некогда популярным в советской медицине лозунг «В здоровом теле — здоровый дух» с нравственных позиций совершенно неверен.

Крепкое тело (как и высокая эрудиция) отнюдь не является предпосылкой духовной зрелости. Можно ли назвать духовно здоровым какого-нибудь доктора наук, который ни разу в жизни не открыл святое Евангелие, хотя по роду своей деятельности переворочил не одну сотню книг? Думается, что нет. И к великому сожалению, подобные ситуации не редкость.

Но бывает и наоборот. У глубоко верующего человека развивается душевный недуг. И человек живет, молится, ходит в храм, но обнаруживает некоторую психическую несостоятельность. Какой же может быть ответ на эти вопросы? Выскажу свое мнение. Насколько спасительна может оказаться душевная болезнь для православного человека, настолько губительны духовная пустота и нравственное растрепывание у здравомыслящего. Судьбы Божии раскрываются в вечности. Там нам уготованы Суд и воздаяние за наши дела.

* * *

Психическая болезнь — тяжелый крест. До конца познать тайну ее возникновения и духовный смысл не удастся. Как нам до конца не понять и души человеческой, ибо она — образ Творца. Поэтому и нет универсальной причины, объясняющей возникновение психических расстройств.

Необходимо сказать, что психические болезни лишь частный случай повреждения человеческой природы. Со времен наших праотцев она повреждена грехом. Посему человек, страдающий психическим заболеванием, не лучший и не худший среди нас. Он несет свой крест. Нам же, психиатрам, посвятившим себя душевнопо-печительскому служению, надлежит почаще вспоминать слова святителя Игнатия (Брянчанинова), который говорил: «И слепому, и прокаженному, и поврежденному рассудком, и грудному младенцу, и уголовному преступнику, и язычнику окажи почтение, как образу Божию. Что тебе за дело до его немощей и недостатков? Наблюдай за собою, чтобы тебе не иметь недостатка в любви».

В «Основах социальной концепции Русской Православной Церкви», принятых на Юбилейном Архиерейском Соборе (прошедшем в Москве 13—16 августа 2000 года) в частности сказано: **«Церковь рассматривает психические заболевания как одно из проявлений общей греховной поврежденности человеческой природы.** Выделяя в личностной структуре духовный, душевный и телесный уровни ее организации, святые отцы различали болезни развившиеся «от естества», и недуги, вызванные бесовским воздействием либо ставшие следствием поработивших человека страстей. В соответствии с этим различием **представляется одинаково**

неоправданным как сведение всех психических заболеваний к проявлениям одержимости, что влечет за собой необоснованное совершение чина изгнания злых духов, так и попытка лечения любых духовных расстройств исключительно клиническими методами. В области психотерапии оказывается наиболее плодотворным сочетание пастырской и врачебной помощи душевнобольным при надлежащем разграничении сфер компетенции врача и священника...

Психическое заболевание не умаляет достоинства человека. Церковь свидетельствует, что и душевнобольной является носителем образа Божия, оставаясь нашим собратом, нуждающимся в сострадании и помощи.»

Еще несколько слов о психиатрах. Труд этот нелегок. Государство предоставляет этой категории медицинских работников ряд социальных льгот (оплата за вредность, дополнительные дни к отпуску). С горечью пишу о том, что о духовности в психиатрии (как и повсюду в современной медицине) почти ничего не говорится. Духовных требований к врачам-психиатрам также нет. Отсюда и результат. Причем, отрицательно он сказывается и на лечащихся, и на лечащих. К примеру, по опубликованным данным, среди психиатров в несколько раз чаще, чем среди врачей иных специальностей, встречаются депрессивные состояния. Приходится констатировать и очень печальные факты: случаи суицидального поведения и завершённые суицидальные попытки среди психиатров, к сожалению, не единичны. Выход из этой ситуации один-единственный для всех и каждого — обращение ко Христу, воцерковление, устроение своей жизни по заповедям Божиим.

ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

Эта глава составлена из ответов на вопросы, которые наиболее часто звучат во время врачебного приема и могут представлять интерес для других людей.

Вопрос: *Что такое психическая болезнь?*

Психическая болезнь представляет собой изменения деятельности головного мозга, при которых психика не соответствует окружающей действительности, отражает ее искаженно. Проявляются психические заболевания в нарушении психики и поведения человека.

Вопрос: *В нашей семье есть психически больной. Как нам лучше вести себя?*

Надо вести себя по-христиански, с любовью. Психически больной человек нуждается в особом терпении, заботе. Дома, по возможности, следует создать щадящий психологический климат. Не стоит паниковать, нагнетать напряженность или слишком драматизировать ситуацию, ибо настроение и тревога домочадцев передается и болящему.

За душевнобольного человека необходимо усердно молиться, так как его душевные силы и воля расстроены недугом. Хорошо, если семью духовно окормляет священник, знакомый с больным и характером его патологии.

Если болен ребенок, то родители должны помнить, что его самочувствие и психическое состояние во многом будет зависеть от их благочестия.

Также необходимо следить за тем, чтобы больной выполнял рекомендации психиатра. Об изменениях в поведении или ухудшении психического состояния нужно сообщать лечащему врачу.

Помните, что с любовью служа больному, мы не только облегчаем его скорби и страдания, но и сами сподобляемся милостей от Господа. «Блаженны милостивые, ибо они помилованы будут» (Мф. 5, 7).

Вопрос: *Можно ли лечиться у неверующего, неправославного врача-психиатра?*

Конечно лучше лечиться у православного врача. Но если такой возможности нет (верующих врачей, к сожалению, явное меньшинство), то можно обратиться на прием к специалисту, который не придерживается православного вероисповедания. Однако следует иметь в виду, что его помощь должна быть строго профессиональной, основанной на современных достижениях науки и практики. Эта помощь выражается в проведении необходимых исследований, назначении медикаментов, решении вопросов трудоспособности больного, выдачи официальных справок и тому подобное. К тому же психиатрическая помощь в нашей стране, за исключением неотложной, оказывается по месту жительства. Консультации и лечение, при наличии страхового медицинского полиса, бесплатные. Укажу еще на то, что вторжение психиатра с целью «навести порядок» в сферу религиозных убеждений больного недопустимо. Это положение закреплено законодательно. Если доктор крещеный, то за него нужно помолиться, подать записочку на проскомидию, помянуть на молебне. Это будет очень хорошо. Надеясь на врачебное искусство, больному и его родственникам надлежит прежде всего уповать на помощь Врача Небесного, Его милость и

человеколюбие. А вот обращаться за помощью к неправославному психотерапевту я бы не рекомендовал, так как в основе деятельности специалиста такого рода лечение словом, душевная поддержка, утешение скорбящего человека. И в этом случае врачует не столько тело, сколько душа. Врач-атеист (или, каких сейчас немало, оккультист) принесет больше вреда, а пользы не будет.

Вопрос: *Можно ли пить психотропные средства православному человеку?*

Психотропные препараты могут употребляться для лечения различных нервно-психических расстройств только после консультации с врачом. Мнение о том, что верующему человеку эти лекарства употреблять нельзя — ошибочно. Цель приема указанных медикаментозных средств — нормализация расстроенного сна; стабилизация фона настроения, процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга, устранение симптомов тревоги и т. п. Описанные болезненные симптомы могут наблюдаться у человека ввиду различных обстоятельств, как изолированно, так и в сочетании с соматическими проявлениями. Профессионально подобранное лечение не повредит здоровью, и, напротив, — улучшит самочувствие.

В случае невротических состояний, когда симптомы постигшего недуга напрямую зависят от психологических причин и обстоятельств жизни, медикаменты играют вспомогательную роль, ослабляя внутреннее напряжение и притупляя остроту жалоб. Их назначают обычно на непродолжительный период. Главным условием выздоровления будет поиск оптимального решения конфликта, а в духовном плане — смирение и покаяние.

Когда речь идет о более тяжелой психической патологии, то, как правило, без лекарств обойтись не удастся. Но и в этом случае, конечно же, надо и лечиться и молиться.

Вопрос: *Излечимы ли психические заболевания?*

Так называемые «пограничные» состояния, а также ряд острых психотических проявлений излечиваются более успешно нежели хронически протекающие психозы (шизофрения, маниакально-депрессивный психоз и др.). В последних случаях целью лечения является достижение наиболее длительной ремиссии (отсутствие явных клинических проявлений) и максимальная адаптация больного к повседневной жизни.

Хочу также указать на то, что понятие «неизлечимость» скорее

характеризует длительность заболевания и не всегда говорит о тяжести и степени опасности. Нет на Земле абсолютно здоровых людей. Все мы в той или иной мере больны и всю жизнь несем тяготы, скорби, потери, физические недуги. Таков наш удел. «Многими скорбями подобает внити в Царствие Божие» (Деян. 14, 22). «Претерпевый же до конца, той спасен будет» (Мф. 10, 22). И еще. Мне не раз приходилось видеть душевнобольных людей с большим стажем заболевания, у которых по мере воцерковления, по милости Божией, проходили различные трудноизлечимые и неизлечимые проявления болезни. Молитва, пост, св. Таинства в корне изменяли их психическое состояние. Исчезали упорные бредовые идеи, галлюцинации, в глазах появлялась осмысленность, значительно улучшалось самочувствие. Вместо «маски сумасшедшего» на лице отображалась печать духовности.

Вопрос: *В школах России вводится программа полового воспитания. Как это воспитание отразится на психике детей?*

Резко отрицательно. Вся программа полового «воспитания» направлена на растление детей, потерю ими целомудрия и чистоты. Программа эта ничего общего не имеет с христианской нравственностью. Она не нацелена на формирование у детей лучших качеств, таких как уступчивость, ответственность за близкого человека, уважение друг ко другу. Основа предлагаемых знаний — обучение контрацепции, «безопасному сексу» и т. д. Эта программа лишь подталкивает молодежь к совершению блудных грехов.

Известно, что блудные грехи именуются смертными, так как губят и душу и тело человека их совершающего, лишают человека благодати Божией. Лишившись благодати, блудник, как правило, лишается и душевного мира. Блудники очень невротичны, им присуще почти постоянное чувство тревоги. Блуд лишает человека возможности любить по-настоящему. Как правило, согрешающие блудом люди не могут создать крепкую семью, воспитать нравственно здоровых детей.

Вопрос: *Слышал, что в учебных заведениях в настоящее время вводится предмет «валеология», который не «брезгает» оккультными психотехниками. Так ли это?*

Да, это действительно так. Валеологи активно используют гипноз, субсенсорное воздействие (воздействие на подсознание человека), различные приемы внушения (директивно и с помощью технических средств, мысленное внушение). Все эти психотехнологии губительны для души. Под маской этой «науки» скрывается огромная опасность.

Вопрос: *Я слышал, что грехи могут как бы переходить в конкретные заболевания. Не могли бы Вы подробнее рассказать об этом.*

Святые Отцы говорят, что чем человек грешит, тем он и страдает. Известно как «расплачиваются» блудники за свои грехи — у них возникают венерические заболевания, СПИД, бесплодие, гинекологические заболевания, простатит, импотенция. Наблюдения показывают, что у сребролюбивых и завистливых нередко развиваются нервно-психические заболевания. За сластолюбие мы страдаем болезнями кишечника, зубов, разными формами аллергии. У чревоугодников развиваются ожирение, болезни желудка, поджелудочной железы. За унынием следует депрессия. Гордость может стать духовной сущностью шизофрении. Гнев ускоряет появление болезней сердечно-сосудистой системы. Этот перечень можно продолжать и дальше. Разумеется, эти схемы должны восприниматься с осторожностью и применимы они лишь к части случаев. По воле Господа болезни могут подаваться человеку во испытание веры и даже в награду тем, кто радуется болезненным тяготам, переносимым ради Бога и вечной жизни.

В иных случаях Спаситель вразумляет нас страданиями. Болезнью телом, человек может подвигнуться к покаянию и исправлению своей жизни. По слову св. апостола Петра: «Страдающий плотию перестает грешить».

Вопрос: *Часто и беспричинно испытываю состояния страха. Может ли страх иметь духовное происхождение?*

Страх может быть следствием душевного расстройства, но может иметь и духовное происхождение. К примеру, в 90-м псалме сказано: «Не убоишься от страха ночного». Это то, что у Святых Отцов называется страхованием: неясный, непонятный, страшный, тяжелый ужас, который наводит демон, когда у человека цепенеет тело, когда трудно ему произнести само имя Христа (из проповедей архим. Рафаила (Карелина)). На практике мне нередко приходится встречаться с состояниями немотивированного страха, тревоги. В духовной природе многих указанных состояний я убедился по опыту. Убедился я также и в том, что врачуются эти страхи Благодатию Божией. Примеров тому в святоотеческой литературе немало. Думаю, что

Вам следует рассказать обо всем Вами переживаемом на исповеди духовнику.

Вопрос: *Скажите, полезно ли лечить психические расстройства голодом?*

Я бы порекомендовал придерживаться установленных Православной Церковью постов, а не прибегать к голоданию. Соблюдая пост, который не

только и не столько связан с телесными ограничениями, а прежде всего затрагивает душу, больной человек несомненно получает благодатное укрепление душевных и телесных сил от Господа. Это несомненно.

Уже было сказано, что девиз «здоровье ради здоровья» нравственно неверный, ошибочный. В таком случае, своим кумиром мы делаем собственную плоть. Господь заповедал нам не творить себе кумира.

У голодания же много недостатков. С одной стороны, оно может способствовать исчезновению некоторых психопатологических синдромов, а с другой стороны — могут пострадать внутренние органы, иммунология. К тому же, как правило, после лечения голодом, больной вскоре набирает прежний вес (или еще больший), усиленно питается и все возвращается «на круги своя». Особенно опасно увлекаться таким целительством пожилым людям, тяжелобольным, лицам с обменными нарушениями, детям и подросткам.

Вопрос: *Сын может сутками смотреть телевизор и говорит, что он так отдыхает. Вредит ли это ему?*

Вредит и даже очень. Вред этот разнообразный. Первое — содержание телевизионных программ. Программа телепередач пестрит чудовищными названиями, за которыми насилие, разврат, оккультизм. Душа, впитывая этот яд, не может оставаться здоровой.

Далее, у людей, проводящих много времени перед телевизором развивается состояние гипно-наркомании, то есть болезненной повышенной внушаемости. Как следствие, ослабевает воля, понижается способность к ситуационному анализу, страдает память. Психолог А. Мори совершенно справедливо пишет, что «продолжительное внимание, которое должен сохранять телезритель, смотря на экран, утомляющий зрение, производит род столбняка, что сопровождается большим ослаблением воли и внимания». Кроме того, длительное сидение производит застой крови в органах малого таза, приводит к дисфункции кишечника. Облучение от кинескопа также не проходит бесследно. Оно вызывает, особенно у детей, различные неврозоподобные нарушения, проявляющиеся раздражительностью, беспокойным сном, ухудшением общего самочувствия и ослаблением физических сил. Безвозвратно уходит время, а оно так дорого.

В Библии сказано: «Не многих пускай в дом твой!» Телевизор сорвал двери с нашего дома — к нам приходят и от нас уходят толпы людей, пришельцы с различных планет, призраки, созданные фантастами. Приходят без стука и без спроса, не интересуясь, кто здесь гость и кто хозяин, приходят ковбои и гангстеры, приходят люди, с которыми мы бы не хотели иметь ничего общего. Дом стал проходным двором, перекрестком многих дорог» (из проповеди архим. Рафаила (Карелина)). Так что отдых, о котором

говорит Ваш сын, лишь иллюзия. Попробуйте переубедить его.

Вопрос: *Допустимо ли обращаться за помощью к врачу-сексопатологу? Хочу узнать мнение по этому вопросу православного врача.*

В каждом конкретном случае все решается индивидуально. Есть некоторые заболевания, при которых помощь такого рода специалиста может быть уместна. Однако обращу Ваше внимание на следующие обстоятельства. Очень часто болезненные проблемы интимного характера развиваются от невоздержанности, пресыщения в супружеских отношениях, либо — от чрезмерной психологической переоценки их значимости. К тому же эта сфера отношений наиболее уязвима к разного рода конфликтам, обидам, недопониманиям. В иных случаях могут негативно сказаться факторы переутомления, усталости. Поэтому режим дня, отдых, душевный покой, свежий воздух приносят заметную пользу. И помните! Взаимная любовь и верность, христианский семейный уклад, соблюдение установленных Святой Церковью постов — залог семейного благополучия, здоровья душевного и телесного.

Вопрос: *Страдаю бронхиальной астмой. Слышал, что это заболевание развивается на нервной почве. Расскажите об этом подробнее.*

Бронхиальная астма и еще целый ряд заболеваний, среди них, например, гипертония, ишемическая болезнь сердца, язвенная болезнь 12-ти перстной кишки именуется как психосоматические. То есть эти недуги развиваются при непосредственном участии психоэмоциональных стрессовых факторов. Если подробнее говорить о бронхиальной астме, то замечу, что она имеет несколько механизмов, по которым развиваются ее клинические проявления. Один из них — нервно-психический.

О психоэмоциональных стрессах мы уже упомянули. Наряду с ними, существенная роль в формировании этого страдания отводится характеру страждущего. Большинство исследователей усматривают в нем выраженные черты напористости, некоего упрямства. Попытаюсь проиллюстрировать эти взаимосвязи. Астматический приступ сопровождается затруднением выдоха. А теперь представьте себе человека, поднимающего непомерную тяжесть. Естественно, он на высоте подъема задерживает дыхание. Так вот и астматик часто находится в состоянии внутреннего напряжения и как бы с большим напором преодолевает различные житейские обстоятельства. Конечно, это лишь некоторая упрощенная схема, но суть явления она отображает.

Зачастую болезнь прогрессирует и трудно поддается лечению, если указанная черта характера уже более напоминает страсть. Попытки развивать

у больных душевно противоположные качества (уступчивость, мягкость, спокойствие) приносили хорошие результаты. Больные получали облегчение. Но это лишь половина дела. Грехи и страсти наши врачуются благодатью Божией у исповедного аналая, а затем — Святыми Христовыми Тайнами. И Всемиловитый Господь, если будет на то Его Святая воля, исцеляет души и тела наши.

Вопрос: *Отмечаются ли у женщин после аборта какие-нибудь психические отклонения?*

Аборт — это убийство ребенка во чреве матери. Как Вы думаете, может ли человек, у которого сохранилась хоть капля совести, не испытывать душевных терзаний?

Мне, как врачу, нередко приходится констатировать психические нарушения, возникающие у женщин после аборта. Вот типичные жалобы таких пациенток: опустошенность, тоска, чувство «внутренней боли», кошмарные сновидения (часто женщина видит муки ребенка, убитого во чреве), семейные конфликты и нестроения. Помню одну пациентку, у которой после аборта сформировался стойкий фобический синдром (страхи), который держался более десяти лет.

Как православный христианин и врач, я не считаю возможным начать лечение психических расстройств, не указав женщине на то, что она совершила тяжкий грех и что душевный недуг является прямым его последствием. Этот недуг ни что иное как муки совести. Поэтому главным врачевством будет ПОКАЯНИЕ.

Только покаяние и решимость никогда более не совершать этот тяжкий грех может привлечь благодать Божию и уврачевать душевную рану.

Вопрос: *Можно ли привести к больному в психиатрическую больницу священника?*

Духовное окормление у священника в условиях больницы вполне возможно. Все зависит от желания больного и его психического состояния.

Вопрос: *В 1992 году был принят закон об оказании психиатрической помощи в России. Расскажите о правах больных.*

В качестве ответа на Ваш вопрос, предлагаю Вам несколько подробных выписок из текста Закона Российской Федерации от 2 июля 1992 г. «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при ее оказании»:

Статья 5. Права лиц, страдающих психическими расстройствами.

(1) Лица, страдающие психическими расстройствами, обладают всеми правами и свободами граждан, предусмотренными Конституцией Российской Федерации, Конституциями республик в составе Российской Федерации, законодательством Российской Федерации и республик в составе Российской Федерации. Ограничение прав и свобод граждан, связанное с психическим расстройством, допустимо лишь в случаях, предусмотренных законами Российской Федерации. (2) Все лица, страдающие психическими расстройствами, при оказании им психиатрической помощи имеют право на:

уважительное и гуманное отношение, исключающее унижение человеческого достоинства; получение информации о своих правах, а также в доступной для них форме и с учетом их психического состояния информации о характере имеющихся у них психических расстройств и применяемых методах лечения; психиатрическую помощь в наименее ограничительных условиях, по возможности по месту жительства;

содержание в психиатрическом стационаре только в течение срока, необходимого для обследования и лечения;

все виды лечения (в том числе санаторно-курортное) по медицинским показаниям; оказание психиатрической помощи в условиях, соответствующих санитарно-гигиеническим требованиям;

предварительное согласие и отказ на любой стадии от использования в качестве объекта испытаний медицинских средств и методов, научных исследований или учебного процесса, от фото-, видео- или киносъемки;

приглашение по их требованию любого специалиста, участвующего в оказании психиатрической помощи, с согласия последнего, для работы во врачебной комиссии по вопросам, регулируемым настоящим Законом;

помощь адвоката, законного представителя или иного лица в порядке, установленном законом. (3) Ограничение прав и свобод лиц, страдающих психическими расстройствами, только на основании психиатрического диагноза, фактов нахождения под диспансерным наблюдением, в психиатрическом стационаре либо в психоневрологическом учреждении для социального обеспечения или специального обучения не допускается. Должностные лица, виновные в подобных нарушениях, несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации и республик в составе Российской Федерации.

Статья 16. Виды психиатрической помощи и социальной защиты,

гарантируемые государством.

Государством гарантируются:

неотложная психиатрическая помощь;

консультативно-диагностическая, лечебная, психопрофилактическая, реабилитационная помощь во внебольничных и стационарных условиях;

все виды психиатрической экспертизы, определение временной нетрудоспособности;

социально-бытовая помощь и содействие в трудоустройстве лиц, страдающих психическими расстройствами;

решение вопросов опеки;

консультации по правовым вопросам и другие виды юридической помощи в психиатрических и психоневрологических учреждениях; социально-бытовое устройство инвалидов и престарелых, страдающих психическими расстройствами, а также уход за ними; обучение инвалидов и несовершеннолетних, страдающих психическими расстройствами; психиатрическая помощь при стихийных бедствиях и катастрофах.

(2) Для обеспечения лиц, страдающих психическими расстройствами, психиатрической помощью и их социальной защиты государство: создает все виды учреждений, оказывающих внебольничную и стационарную психиатрическую помощь, по возможности по месту жительства пациентов;

организует общеобразовательное и профессиональное обучение несовершеннолетних, страдающих психическими расстройствами; создает лечебно-производственные предприятия для трудовой терапии, обучения новым профессиям и трудоустройства на этих предприятиях лиц, страдающих психическими расстройствами, включая инвалидов, а также специальные производства, цеха или участки с облегченными условиями труда для таких лиц;

устанавливает обязательные квоты рабочих мест на предприятиях, в учреждениях и организациях для трудоустройства лиц, страдающих психическими расстройствами; применяет методы экономического стимулирования для предприятий, учреждений и организаций, предоставляющих рабочие места для лиц, страдающих психическими расстройствами; создает общежития для лиц, страдающих психическими расстройствами, утративших социальные связи;

принимает иные меры, необходимые для социальной поддержки лиц, страдающих психическими расстройствами.

Обеспечение всеми видами психиатрической помощи и социальной защиты лиц, страдающих психическими расстройствами, осуществляется

федеральными органами государственной власти и управления, органами государственной власти и управления республик в составе Российской Федерации, автономной области, автономных округов, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга, органами местного самоуправления в соответствии с их компетенцией, определяемой законодательством Российской Федерации.

Статья 37. Права пациентов, находящихся в психиатрических стационарах.

- (1) Пациенту должны быть разъяснены основания и цели помещения его в психиатрический стационар, его права и установленные в стационаре правила на языке, которым он владеет, о чем делается запись в медицинской документации.
- (2) Все пациенты, находящиеся на лечении или обследовании в психиатрическом стационаре, вправе:
 - обращаться без цензуры с жалобами и заявлениями в органы представительной и исполнительной власти, прокуратуру, суд и адвокату;
 - встречаться с адвокатом и *священнослужителем наедине*;
 - исполнять религиозные обряды, соблюдать религиозные каноны, в том числе пост, по согласованию с администрацией иметь религиозную атрибутику и литературу*;
 - выписывать газеты и журналы;
 - получать образование по программе общеобразовательной школы или специальной школы для детей с нарушением интеллектуального развития, если пациент не достиг 18 лет;
 - получать наравне с другими гражданами вознаграждение за труд в соответствии с его количеством и качеством, если пациент участвует в производительном труде.
- (3) Пациенты имеют также следующие права, которые могут быть ограничены по рекомендации лечащего врача заведующим отделением или главным врачом в интересах здоровья или безопасности пациентов, а также в интересах здоровья или безопасности других лиц:
 - вести переписку без цензуры;
 - получать и отправлять посылки, бандероли и денежные переводы; пользоваться телефоном; принимать посетителей;
 - иметь и приобретать предметы первой необходимости, пользоваться собственной одеждой.
- (4) Платные услуги (индивидуальная подписка на газеты и журналы, услуги связи и так далее) осуществляются за счет пациента, которому они

предоставляются.

Статья 38. *Служба защиты прав пациентов, находящихся в психиатрических стационарах.*

- (1) Государством создается независимая от органов здравоохранения служба защиты прав пациентов, находящихся в психиатрических стационарах.
 - (2) Представители этой службы защищают права пациентов, находящихся в психиатрических стационарах, принимают их жалобы и заявления, которые разрешают с администрацией данного психиатрического учреждения либо направляют в зависимости от их характера в органы представительной и исполнительной власти, прокуратуру или суд.
-

ПРИЛОЖЕНИЯ

Некоторый старец часто подвергался болезням. Случилось ему в течение одного года не болеть. Старец очень скорбел и плакал, говоря: «Оставил меня Господь мой и не посетил меня.»

Нет человека на Земле, лишённого болезней и скорбей. Грех прародителей изменил то высокое положение, какое Господь даровал людям. И, потеряв Эдем, человек приобрел... тление и смерть. Но милость Божия не оставляет нас, грешных и недостойных. Болезни и скорби — и тяготы нам, и вразумление, и награда от Бога. Ими мы, перенося их безропотно, очищаемся от грехов, возрастаем духовно и приуготавливаемся к вечности. Смирение и терпение, упование на Господа и Его благую волю — вот суть истинно христианский настрой.

Если поведение таково, то оно укрепляет болеющего нравственно, вменяется ему за подвиг. В этом случае человек перед лицом скорбей и недугов являет победу духа над плотью, добра над злом. Спаситель наш преподал нам пример величайшего терпения, любви и кротости, перенося крестные страдания и молясь за своих распинателей.

Болезнь — это время самопроверки, время размышлений, время покаяния. Будем же помнить, что все от Бога: и болезнь, и здоровье. А все, что от Бога, то нам во благо. Посему не будем унывать. Милосердный Господь не пошлет каждому из нас искушений паче меры, ибо, по словам

апостола, «верен Бог, который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении даст и облегчение, так чтобы вы могли перенести» (1 Кор. 10, 13). Будем хранить в сердце и то, что «многими скорбями подобает внити в Царствие Божие» (Деян. 14, 22).

Напротив, ропот, протест, озлобленность на всех и вся разоряют внутренний мир, усугубляют страдание, а главное — умаляют или уничтожают тот духовный плод, ради которого оно посылалось. Плод этот — наше спасение. Понять и осознать это нам порой мешают маловерие, беспечное отношение к себе и другое тому подобное.

Годы атеизма не прошли бесследно. Выросло почти два поколения людей, не знавших Бога и Его святую Церковь. В своей практической врачебной деятельности я часто сталкиваюсь с ситуациями, когда болящий или скорбящий человек не понимает духовного смысла страдания (имею в виду крещеных православных), очень тяготится своим самочувствием, полон уныния и печали. Бывает и того хуже: отчаяние, тоска, желание смерти...

Есть и другая проблема, которая не может оставить равнодушным ни одного верующего врача. Бездуховность, царившая последние семьдесят с лишним лет в обществе, естественно, поразила и медицину со всеми вытекающими отсюда последствиями. Как тут ни вспомнить дореволюционные больницы. Иконы, возженные лампы, сестры милосердия, священник, исповедывающий, причащающий, соборующий. Все это было... Радует, что ныне по милости Божией эта традиция понемногу возрождается. Пока не повсеместно, но воссоздаются и освящаются больничные храмы, в клиниках служатся молебны. В глазах больных людей появляются искры веры и надежды. В душах водворяются отрада и утешение. Хочется верить, что Господь даст нам время и силы, чтобы покаяться и исправиться.

Святые отцы о болезнях и болеющих

Тело есть раб души, а душа — царица, а потому часто милосердием Божиим бывает и то, когда тело изнуряется болезнями: от сего ослабевают страсти и человек приходит в себя; да и самая болезнь телесная рождается иногда от страстей.

Отними грех, и болезней не будет; ибо они бывают в нас от греха, как сие утверждает св. Василий Великий: «Откуда недуг? Откуда повреждения телесные? Господь создал тело, а не недуг; душу, а не грех». Что же паче всего полезно и нужно? Соединение с Богом и общение с Ним посредством

любви. Теряя любовь сию, мы отпадаем от Него, а отпадая, подвергаемся различным и многообразным недугам.

Кто переносит болезнь с терпением и благодарением, тому вменяется она вместо подвига, или даже более.

Один старец, страдавший водяною болезнию, говорил братьям, которые приходили к нему с желанием лечить его: «Отцы, молитесь, чтобы не подвергся подобной болезни мой внутренний человек, а что касается до настоящей болезни, то я прошу Бога о том, чтобы Он не вдруг освободил меня от нее; ибо, поколику внешний наш человек тлеет, потолику внутренний обновляется (2 Кор. 4, 16)».

*Из письменных наставлений
преп. Серафима Саровского*

+ + +

Во время болезни мы чувствуем, что жизнь человеческая подобна цветку, который почти тотчас засыхает, как скоро он распускается, и — облаку, которое рассеивается и не оставляет следа; что наши дни исчезают, как тень; что наше тело сохнет, подобно траве полевой, что жизнь самого крепкого человека есть только дыхание, что с каждым дыханием она сокращается, и что биение его пульса, подобно ударам маятника, приближает его к последнему часу, который почти всегда бьет именно в ту минуту, когда человек думает, что до сего часа еще очень долго.

О, болезнь, горькое, но здоровое лекарство! Как соль предотвращает гнилость рыбы или мяса, так и всякая болезнь сохраняет дух наш от гнилости и тления греховного и не попускает страстям, червям душевным, зарождаться в нас.

Терпеть, или не терпеть в страдании, однако ж не миновать того, и нетерпением страдания не отвратить, которое Промысл Божий нам определил. А от нетерпения не иное что, как вред и пагуба последует. Терпением облегчается всякое страдание. Посмотри на тех, которые в долговременной находятся болезни, или которые долговременно сидят в темнице; так они к тому бедствию терпением привыкли, что аки бы не чувствовали того. Скорбь бо терпение соделывает (Рим. 5,3). Напротив того, нетерпением умножается болезнь...

Свт. Тихон Задонский

+ + +

Страх за тело бывает в людях столь силен, что вследствие одного нередко остаются они неспособными совершить что-либо достославное и

досточестное. Но когда на страх за тело проникает страх за душу, тогда страх телесный изнемогает пред страхом душевным, как воск от силы пожигающего огня.

И когда находишься в болезни, скажи: «блажен сподобившийся быть искушенным от Бога в том, за что наследуем жизнь». Ибо недуги посылает Бог для здравия души.

Св. Авва Исаак Сирин

+ + +

Прошу тебя, сын мой, терпи и благодари за преткновения, случающиеся в болезни, по слову сказавшего: «Все, елико аще нанесено ти будет, прими за благо» (Сир. 2, 3), чтобы намерение

Промысла исполнилось на тебе, сын мой, так как Ему благоугодно. Итак, будь мужествен, укрепляйся о Господе и (уповай) на Его попечение о тебе.

Бог с тобой!

*Из посланий св. Аввы
Дорофея*

+ + +

Болезнь посылается иногда для очищения согрешений, а иногда для того, чтобы смирить возношение.

Св. Иоанн Лествичник

+ + +

Все от Бога: и болезни, и здоровье, и все, что от Бога, подается нам во спасение наше. Так и ты принимай свою болезнь и благодари за то Бога, что печется о спасении твоём. Чем именно посылаемое Богом служит во спасение, того можно не доискиваться, потому что и не узнаешь, может быть. Посылает Бог иное в наказание, как епитимию, иное в образумление, чтоб опомнился человек; иное, чтоб избавить от беды, в какую попал бы человек, если бы был здоров; иное, чтоб терпение показал человек и тем большую заслужил награду; иное, чтоб очистить от всякой страсти, и для других причин... Ты же, когда вспомнишь о грехах, говори: «Слава Тебе, Господи, что наложил Ты на меня епитимию в наказание!» Когда вспомнишь, что прежде не всегда поминал Бога, говори: «Слава Тебе, Господи, что Ты дал мне повод и науку почаще вспоминать о Тебе!» Когда придет на мысль, что если бы была здорова, то иное и не доброе сделала бы, говори: «Слава Тебе, Господи, что не допускаешь меня до греха», и так все...

Так и благодумствуй!

За все благодарите Бога; и за нездоровье благодарите. Мне со стороны легко так говорить; вам же на деле не легко, может быть, так чувствовать. Всяко при слове о терпении и молюсь, да даст вам Господь благодушно перенести болезнь, и научиться в ней чему-нибудь. Для чего связал вас Господь, кто угадает? Но то несомненно, что и это попущено вам в видах споспешествования целям жизни, которую вы избрали, и в которой хоть кое-как держать себя стараетесь. С этой стороны можно и не пытаться более дела болезни вашей. Мужества себе к благодушному терпению, в минуты отяжеления страданий, ищите, кроме сказанного, в воспоминании терпения всех святых, и особенно мучеников. Сколько и как терпели?! И вообразить трудно. Да и всем — «многими скорбями подобает внити в Царствие Божие» (Деян. 14, 22).

И то, что обетовано Господом, называется венцом. Чего ради? Того ради, что туда нельзя взойти без страданий. Туда дорога одна — крест произвольный или непроизвольный.

Ангел Хранитель да приносит вам утешение и благодушие! На то, что шум в голове не дает удержать мысли, не сетуйте. Бог судит душу по тому, что от ней самой зависит, а не потому, в чем она не властна. В сердце держите намерение не отходить от Господа, и Он примет сие дело.

Теперь вам надо оставить свое постническое правило. После отпуститесь, если Богу угодно будет поднять вас; а теперь, в болезни, в виде лекарства, можно кушать все, по совету врача.

Есть болезни, на исцеление коих Господь налагает запрет, когда видит, что болезнь нужнее для спасения, чем здоровье.

*Из писем свт. Феофана
Затворника*

+ + +

Болезнь есть вразумление нам Божие, и служит к преспеянию, если будем благодарить Бога. Не был ли Иов верным другом Божиим? Но чего не претерпел он, благодаря и благословляя Бога? И терпение привело его наконец к беспримерной славе. Потерпи и ты немного (в болезни) и узришь славу Божию (Ин. 11, 40). А что поститься не можешь (в болезни), не скорби. Бог ни от кого не требует трудов сверх силы. К тому же, что такое пост, как не наказание тела для того, чтобы усмирить тело здоровое и сделать его немощным для страстей, по слову Апостола: егда немоществую, тогда силен есмь (2 Кор. 12, 10). А болезнь более сего наказания, и вменяется вместо поста, — и ценится даже более его. Кто переносит ее с терпением, благодаря Бога, тот через терпение получает плод спасения своего. Вместо того, чтобы

ослабить силу тела постом, оно бывает уже ослаблено болезнью. Благодарите же Бога, что ты освободился от труда поститься. Если и десять раз в день будешь есть, не печалься; ты не будешь осужден за то, так как поступаешь так не в побряку себе.

(Больному унывающему). Облобызай страдания Спасителя нашего, — как бы и ты вместе с Ним терпел поношения, раны унижения, оскорбление через оплевание, укоризну багряницы, позор тернового венца, оцет с желчью, боль от вонзения гвоздей, прободение копием, изливание воды и крови, — и заимствуй из сего отраду болезням твоим. Господь не оставит вотще труда твоего. Он попустил тебе потерпеть малую болезнь для того, чтобы ты не чужд был святых, когда увидишь их в оный час носящими плоды терпения скорбей и прославленными, но был сообщником их и Иисуса, имея дерзновение пред Ним со Святыми. Не печалься же; Бог не забыл тебя, но печется о тебе, как об искреннем Своем сыне, а не как о прелюбодейчище.

Свв. Варсонофий и Иоанн

+ + +

Все от Бога, — и благое и скорбное, но одно — по благоволению, другое — по домостроительству, третье — по попушению. По благоволению, когда живем добродетельно; ибо угодно Богу, чтобы живущие добродетельно украшались венцами терпения; по домостроительству, когда, впадая в прегрешения, бываем вразумляемы; по попушению же, когда и вразумляемые не обращаемся. Опять домостроительно Бог наказует нас согрешающих, чтоб не были мы осуждены с миром, как говорит Апостол: судимы от Господа наказуемся, да не с миром осудимся (1 Кор. 11, 32). В сем разуме — несть зло во граде еже Господь не сотвори (Амос. 3, 6), таковы: голод, язвы, болезни, поражения, брани; ибо все это служит к очищению от грехов. Попускает же Бог и совершенно оставляет тех, которые или не хотят жить без греха, или вразумляемые не обращаются, но пребывают во грехе. Тогда Бог предает их в неискусен ум, т. е. попускает их свободе творити неподобная (Рим. 1, 28).

Св. Ефрем Сирин

+ + +

Когда, например, больной расположится благодушно переносить болезнь свою, и переносит; враг, зная, что таким образом он утвердится в добродетели терпения, подступает расстроить такое его благорасположение. Для сего начинает приводить ему на ум многие добрые дела, которые мог бы он совершить, если б находился в другом положении, и старается убедить его, что если бы был здоров, как добре поработал бы Богу и сколько пользы

принес бы и себе и другим: ходил бы в церковь, вел бы беседы, читал бы и писал в назидание ближним, и т. п. Заметив, что такие мысли принимаются, враг почаще приводит их в ум, размножает и раскрашивает, проводит до чувства, вызывает желания и порывы к делам тем, представляя, как хорошо шли бы у него те или другие дела, и возбуждая жаление, что связан по рукам и ногам болезнию.

Мало-помалу, при частых повторениях таких мыслей и движений в душе, желание переходит в недовольство и досадование. Препрежнее благодушное терпение таким образом расстраивается, и болезнь представляется уже не как врачевство от Бога и поприще для добродетели терпения, а как нечто неприязненное делу спасения, и желание освободиться от нее делается неудержимым, все еще в видах получения чрез то простора для доброделания и угождения Богу всяческого.

Доведши до сего, враг украдет из ума его и сердца эту благую цель желания выздоровления, и оставляя одно желание здоровья, как здоровья, заставляет досадливо смотреть на болезнь, не как на препону к добру, а как на нечто неприязненное само по себе. От сего нетерпеливость, не врачуемая благопомышлениями, берет силу и переходит в ропотливость, и лишает больного препрежного покоя от благодушного терпения. А враг радуется, что успел его расстроить.

Точь-в-точь таким же образом расстраивает враг бедного, терпеливо переносящего участь свою, рисуя ему, какими добрыми делами украсился бы он, если бы имел состояние.

От всех таких искушений избавляется легко, кто имея опытного руководителя, советника и собеседника, с смиренною покорностию следует их указаниям. А кто лишен почему-либо такого блага, тот да внимает себе и строго учится различать доброе от худого по началам христианским, коими должна устроиться жизнь всех нас. Если случаи, мешающие, как нам кажется, развернуться шире нашему доброделанию, не от нашей воли, а посылаются Богом, то принимай их с покорностию и не слушайся никаких внушений, отклоняющих тебя от сей покорности. Послав такой случай, Бог ничего от тебя не ожидает, кроме того, чтобы ты держал себя и действовал так, как требует и как дает возможность посетивший тебя случай.

Больной ли ты или бедный, терпи. Ничего кроме терпения Бог от тебя не требует. Терпя благодушно, ты будешь находиться непрерывно в добром деле. Когда ни воззрит на тебя Бог, будет видеть, что ты делаешь добро, или пребываешь в добре, если благодушно терпишь, тогда как у здорового человека дела добрые идут с промежутками. Почему желая перемены своего положения, ты желаешь променять лучшее на худшее?

Св. Никодим Святогорец

+ + +

От всеблагого Бога только благое происходит, а не злое, — и самая болезнь твоя есть благо, а ты ропщешь, малодушествуешь, унываешь; терпи, благодари; за вольные сласти в юности — невольные болезни в старости.

Страдающий плотию перестает грешить (1 Пет. 4, 1). Вот почему страдания, крест необходимы для христианина: без страданий, без удручения плоть наша дурит, беснуется, грешит, Бога гневит, себе и душе напасти творит. О плоть окаянная, многострастная, из-за которой все беды в человечестве! О сердце многострастное, скверное! Исходящее из человека оскверняет человека. Ибо изнутри, из сердца человеческого, исходят злые помыслы, прелюбодеяния, любодеяния, убийства, кражи, лихоимство, злоба, коварство, непотребство, завистливое око, богохульство, гордость, безумство. Все это зло изнутри исходит и оскверняет человека (Мк. 7, 20—23). Вот где источник зла в человеке — в сердце!

Св. Иоанн Кронштадтский

+ + +

Авва Пимен Великий говорил: «Равны следующие три: когда кто безмолвствует правильно; когда болен и благодарит Бога; когда кто находится в нелицемерном послушании. У этих трех одно делание».

*Из отечника свт. Игнатия
(Брянчанинова)*

По творениям святителя Феофана Затворника

Церковная молитва о болящих имеет силу, особенно сопровождаемая молитвою заказавших службу.

Вы добре устроили молитвование о своей дочери. Два молебна на неделе, да на проскомидии помин. Кажется бы довольно. Но кто же тут болезненно молится? Бог внимает молитве, когда молятся болящей о чем-либо душою. Если никто не воздохнет от души, то молебен протрещат, а молитвы о болящей не будет. Тоже и проскомидия, тоже и обедня. Только и есть тут ваша вера и надежда, знамением коих служат ваши заказы. Но сами вы бываете ли на молебнах? Если нет, то и ваша вера безмолвна... Вы заказали;

но, дав деньги, чтоб другие молились, сами сбросили с плеч все заботы... Болящего о больной никого нет. Служащим молебн и на ум не приходит поболеть пред Господом душою о тех, коих поминают на молебне... Да и где им на всех наболеться?

Другое дело, когда вы сами на молебне, или в церкви на литургии, когда поминается Н. на проскомидии... Тогда ваше болезнование берется молитвою Церкви и быстрее возносится к Престолу Божию... и самую молитву Церкви делает болезнующей, хотя служащие и не болят.

Так видите, в чем сила!.. Бывайте на молебнах сами, и болите душою о болящей... И дело будет. В церкви на литургии болите во время проскомидии... и особенно, когда после «Тебе поем...» — Богородичную поют песнь: «Достойно есть...» Тут поминаются снова за совершенную жертвою живые и умершие...

Обедня сильнее, чем поминовение только на проскомидии потому, что это выражает сильнейшее ваше соболезнование о болящей и с тем сильнейшую веру и надежду, что Господь не оставит вас своею помощию... Где заказать? — В Задонске, у св. Тихона... А если душа лежит к Киеву, в Киеве... Куда душа лежит, туда и закажите...

Но главное, сами болите о больной... и больше бедным помогайте... не тем только, которые ходят... Облегчите тяготимое бедностью семейство. Его молитва облегчит вашу тяготу сердечную...

Благослови Господи, всех вас — матушку вашу, вас с супругом, болящую дочь и прочих деток, и всех, кои около вас... и торговые дела ваши.

*Ваш богомолец Е. Феофан
3 апреля 1886 г.
(№ 1403 письмо 460 вып. 3
стр. 128)*

Лечение

Что лечиться нет греха, об этом и вопроса не должно быть. Но что многие не пользовались этим средством, по вере и для терпения, это не лишено цены. Надо только потом уж терпеть благодушно, чтоб не впасть в ропот. Ропот уже грех. Кто не чувствует мужества, каковы мы все грешные; то лучше прибегать к лекарям, все же помощи ожидая от Бога: ибо Он вразумляет лекарей.

(№ 1396 письмо 1080 вып. 7)

О лечении во время болезни

Милость Божия буди с вами!

Вы все болеете... Очень жалею. Да поможет вам Господь или оздороветь, или благодушествовать в болезни. Да будет, не якоже хошем мы... а якоже Он.

Ваше противление лекарским указаниям едва ли достойно похвалы... И лекаря и лекарства Бог создал, не затем, чтоб они только существовали, но затем, чтоб ими пользовались больные. Все от Него; Он попускает поболеть, и Он же окружил нас способами врачевательными. Если есть долг блюсти Божий дар жизни, то и лечиться, когда есть болезнь. Можно не лечиться в ожидании, что Бог излечит, но это очень смело. Можно не лечиться для упражнения в терпении, в преданности в волю Божию, но это очень высоко, и при этом всякий «ох!» будет в вину, уместно же только одно благодарное радование... Господь да управит вас наилучшим образом быть настроенной! К тому же у вас, ведь, есть что потерпеть. Вы завистны, — все одна хотите забрать.

Что вы переехали к соседке, очень одобрительно. Яйца к поправлению крови... Еще идут железные порошки или пилюли. Если в числе докторских указаний есть это... употребляйте их. Вам, в качестве лекарства, можно и бульон пить: это не плотоугодие, а нужда, и частичка долга, заключающаяся в долге лечиться.

*(№ 1395 письмо 1012 вып. 6
стр. 16)*

Средство от недугов

Милость Божия буди с вами!

У вас настроение духа доброе. Все как следует при настоящем вашем положении. Утешаюсь тем и молю Господа сохранить в вас сие до конца.

На все воля Божия да будет. Даст ли выздороветь Господь, буди воля Его. Оставит ли болезнь, с сохранением жизни, буди воля Его. Все будет во благо, ради предания себя в руки Божии.

Вы добре сделали, сообщив, что подумал о вас пр. Иосиф. Это очень

утешительно. Теперь поусерднее помолится, узнав о вашей болезни.

Про целебность артоса с богоявленской водою и я слышал. Однако ж буди воля Божия. А лекарств разве не употребляете?! И то и другое нужно употреблять — и Божеское и человеческое... И в человеческих средствах действие целебное от Бога. По сей вере и человеческое переходит в Божеское... или Божеское приходит чрез человеческое.

*24 июня 1886 г.
(№ 1399 письмо 99 вып. 6
стр. 49)*

**Житие преподобного отца нашего
Пимена Многоболезненного**
(память 7/20 августа)

Приступая к повествованию о блаженном Пимене, заметим, что здесь мы познакомимся с великими его страданиями и узнаем о примере безропотного перенесения недугов и научимся, как переносить доблестно, с благодарением, болезни телесные и как в немощи совершается сила Божия.

Блаженный Пимен родился на свет больным, больным он и вырос. Но сия телесная болезнь не дала в нем места болезни душевной. Он был чист от всякого порока и от утробы матери не знал скверного греха. Много раз молил он родителей своих отдать его в монастырь, где бы он мог принять пострижение в иноческий образ; но чадолюбивые родители не хотели расставаться с сыном. Они желали иметь его наследником по смерти своей и потому отказывались исполнить его просьбу.

Однажды тяжело занемог блаженный. Казалось, что он уже был близок к смерти; все отчаялись в его жизни. Тогда, понужденные несчастьем, родители принесли сына в Печерский монастырь и стали просить преподобных отцов молиться о болящем, чтобы Господь исцелил его от недуга. Преподобные же отцы те, несмотря на продолжительную и усердную молитву, не могли оказать ни малейшей пользы болящему, ибо молитва его преодолела молитвы всех. Сам болящий не просил себе здоровья у Господа, но, напротив, молился о продолжении болезни, зная, что если он был бы здоров, то родители взяли бы его из монастыря и лишили осуществления заветного желания. Так как отец и мать были здесь и не давали возможности сыну принять пострижение, то блаженный впал в великую печаль и прилежно начал молиться Богу об исполнении желания своего и вот, в одну ночь, когда слуги и родители его спали, вошли к нему светлые ангелы, одни в образе прекрасных юношей, другие в образе игумена и братии, неся в руках

свечи, Евангелие, власяницу, мантию, куколь и все, что необходимо для пострижения, и сказали ему: «Желаешь ли, чтобы мы постригли тебя?» Блаженный же с радостью отвечал: «Ей! хочу! Бог послал вас, Господие мои; молю, исполните желание сердца моего». Тогда они начали предлагать вопросы, совершая все по порядку, как пишется в уставе иноческого пострижения.

Итак, постригли его в великий ангельский образ, облекли в мантию и куколь, нарекли его Пименом. Вручив же ему, по обычаю, свечу горящую, сказали: «Сорок дней и ночей пусть не угасает свеча эта». Вместе с тем они предсказали ему всегдашнее страдание от телесных болезней, заметив при этом, что получение здравия будет знамением наступления смерти. Совершивши все это, они лобзали его и ушли в церковь, взяв власы его в убрус, который положили на гроб преподобного Феодосия.

Братия же, находящаяся вблизи в келлиях своих, услышав глас пения, разбудила прочих, полагая, что игумен с некоторыми постригает болящего, или что болящий уже преставился, и поэтому все вместе пришли в ту келлию, где лежал блаженный. Но придя, нашли тут всех спящими; отец, мать и слуги также спали. Между тем, всюду распространялось благоухание; болящий, находясь в бодрственном состоянии, был исполнен радости и веселия и облечен в иноческую одежду. Братия тогда с удивлением спросили болящего: «От кого, брате, принял ты пострижение? и что за пение слышали мы здесь, коего, однако, родители, бывшие у одра твоего, не слышали?» Больной отвечал: «Думаю, что игумен, придя с братиею, постриг меня и назвал Пименом; те-то и песнопения совершали, что вы слышали, и свечу, которую вы теперь видите, дали мне, сказав при этом, что она будет гореть непрестанно в продолжение 40 дней и ночей. Власы же мои взяли они в убрус и отправились с ними в церковь». Слыша это, братия тотчас отправилась к церкви. Церковь оказалась запертой. Тогда разбудили пономарей и спросили их: не входил ли кто в церковь после повечерней молитвы? Они отвечали, что никто не входил, так как и ключи спрятаны у эклисиарха. Разбудили и эклисиарха: тот взял ключи, которых не давал никому, и пошел в церковь, и вот на гробе преподобного Феодосия нашли власы, лежащие в убрусе. Тогда рассказали обо всем этом игумену. Игумен же, весьма удивившись, начал искать тщательно, кто бы мог постричь сего блаженного Пимена, но не находил такового. И всем стало понятно, что это совершилось по промыслу и воле Божией свыше, чрез святых ангелов Господних.

Игумен с братией рассуждали, можно ли вменить то пострижение блаженного во уставное пострижение? Но так как имели свидетельство, именно власы, найденные на гробе преподобного Феодосия и чудесно сюда перенесенные, а также свечу, неугасимо горящую в продолжение сорока дней; взирая на все это, игумен с братиею признали излишним творить над преподобным свое пострижение, но только сказали: «Довольно, брат Пимен,

тебе; ты от Самого Бога получил иноческий образ и нареченное имя. Но только скажи нам (спрашивал его игумен, придя с книгами пострижения): каковы были постригшие тебя? и не оставили ли чего-нибудь написанного в книгах этих?» Блаженный же Пимен сказал игумену: «Почто меня искушаешь, отче! Ты сам, со своею братиею, придя сюда, совершил надо мною все, что написано в книгах этих. При этом сказал мне еще и то, что всю жизнь мне предстоит пребывать в болезни, и что здравие, дабы я мог своими руками понести свой одр, будет подано мне пред исходом моим. И теперь прошу, моли о мне, отче святой, да подаст мне Господь терпение». Слыша это, все оставили его с миром. Блаженный же Пимен, согласно пророчеству постригших его, много лет лежал в тяжелой и весьма мерзкой болезни, так что прислуживавшие ему гнушались, неоднократно оставляя его без пищи и питья в продолжение двух и даже трех дней. Он же с радостью все терпел и благодарил о всем Бога.

Случилось, некогда, что один больной был принесен в монастырь Печерский и пострижен. Братия же, заботящаяся о служении больным, взяла и этого и принесла к блаженному Пимену, чтобы служить обоим вместе; но часто службой этой пренебрегала, оставляя забытыми обоих болящих; они изнемогали от жажды. Тогда блаженный Пимен сказал другому болящему: «Брат! Так как прислуживающие нами гнушаются, то хотел ли бы ты быть на службе этой, если бы восставил тебя Господь?» Больной обещал блаженному, что он будет до смерти своей усердно служить болящим. Блаженный Пимен сказал ему: «Вот, Господь отнимает болезнь твою от тебя и, сделавшись здоровым, исполни обещание твое, служа мне и подобным мне. На нерадивых же о таком служении Господь наведет болезнь лютую, чтобы они, наказанные так, получили спасение».

Больной тотчас поднялся совершенно здоровым и начал служить преподобному Пимену, а прежние его прислужники, гнушавшиеся своего дела — служения больным, были объаты недугом, по слову блаженного. Исцелившийся от недуга брат служил усердно, но, побыв немного в таком деле, и он уклонился от Пимена вследствие мерзкой болезни блаженного, и оставил его без хлеба и воды. Удалившись же, лег в одной храмине для отдыха. И вот внезапно поразил его огненный недуг и, не в силах будучи встать и стерпеть трехдневной жажды, он начал кричать: «Спасите меня, ради Господа, ибо умираю от жажды». Братия, услышавши крик, пришла к нему и видя его, одержимого лютым недугом, сообщила об этом блаженному Пимену, говоря: «Брат служивший тебе, умирает». Блаженный же Пимен сказал: *«Еже, аще сеет человек, то и пожнет»* (Гал. 6, 7). Так как оставил меня без пищи и питья, то и сам восприял это, солгавши Богу и презрев слабость мою. Но так как мы научены от Господа не воздавать зла за зло, то пойдите и скажите: «Пимен зовет тебя; вставай и иди». Когда пришедшие произнесли это больному, он почувствовал себя здоровым и, вставши, сам пришел к блаженному.

Блаженный увещевал его, говоря: «Малoverный! Вот ты теперь здоров; смотри, не согрешай больше. Не знаешь ли, что равную мзду иметь будут — болящий и служащий ему, ибо терпение убогих не погибнет до конца; но, получая здесь скорбь и тугу, они будут иметь радость и веселие там, идеже несть болезнь, ни печаль, ни воздыхание, но жизнь бесконечная. Ради этого, брате, я и терплю сие. Бог же, Который тебя исцелил, по моей молитве, от недуга твоего, может и меня восставить от одра сего и исцелить болезнь мою. Но сам я не хочу этого, ибо — *претерпевый до конца*, сказал Господь, *той спасен будет* (Мф. 10, 22). Лучше в жизни этой я сгнию весь, зато в будущей плоть моя будет без истления. Здесь потерплю смрад, зато там исполнюся неизреченного благоухания. Добро, брат, и великое счастье предстоять в светлом, чистом и пресвятом месте в церкви, где невидимо с ангельскими силами воссылается песнь Богу, ибо церковь — небо земное нарицается, и стоящие в ней, как бы на небеси предстоят. И что значит эта темная и смрадная храмина, не прежде ли это суда — суд и прежде бесконечныя муки — мука. Но кто с благодарением и покорностью терпит здесь, тот достойно может сказать: *терпя потерпех Господа, и внят ми* (Пс. 39, 2). Утешая таковых и апостол говорит: *аще наказания терпите, яко сыновом обретается вам Бог, аще ли без наказания есте, убо прелюбодейшице есте, а не сынове* (Евр. 12, 7). Увещевает нас, братие, к перенесению страдания и Господь, говоря: *в терпении вашем стяжите души ваша*. Наставленный таковым увещанием блаженного, брат был глубоко тронут и с тех пор неотступно служил святому Пимену. Доблестный же страдалец и достойный подражатель праведного Иова, воссылая непрестанные благодарения Богу, лежал одержимый страданиями своими в продолжении двадцати лет.

Но вот приспел час и время преставления преподобного. Во святом Печерском монастыре явилось знамение. Ночью над трапезною показалось вдруг три огненных столпа и отсюда простирались они вверх по направлению к церкви. Бог весть, о чем говорило сие дивное знамение! Но истинно то, что Бог в Троице прославляемый, творяй ангелы Своя духи, и слуги Своя пламень огненный, уже прислал ангелов Своих за душой многоболезненного Пимена, ибо в тот день страдалец Пимен внезапно почувствовал себя здоровым и узнал час исхода своего, как предсказали ему постригшие его. Восставши от одра своего, преподобный обошел все келлии, поклонился всем и простился с братиею смиренно. Болящим же братьям сказал: «Друзья мои и братия! встаньте и проводите меня», — и тотчас, по слову преподобного, болезни их исчезли, и встав на ноги свои здоровыми, они пошли со своим благодетелем. Он же, войдя в церковь, причастился Божественных Таин, и после этого, взявши погребальный одр, без постороннего указания пути понес его к пещере, в коей никогда не был и которую не видел от рождения своего.

Войдя в пещеру, он поклонился гробу преподобного Антония и показал

место, где желал быть положен. Затем, преподобный на время замолчал и потом, обратившись к братии, торжественно сказал: «Вот, братие, пришли теперь постригшие меня, чтобы взять меня с собою», и вслед за этими словами возлег на одр и успе о Господе. Братия же с великою честью положила его на показанном месте в пещере и восхвалила Господа, дивного во Святых Своих. Ему же слава, честь и держава подобает ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Святые отцы о борьбе с гневом и печалью

О борьбе с гневом

Гнев есть припоминание сокровенной ненависти, то есть памятозлобия. Гнев есть желание сделать зло огорчившему. Вспыльчивость (острожелчие) есть мгновенное возгорание сердца. Огорчение есть неприятное (досадное) чувство, засевшее в душе. Ярость есть низвращение благонастроения и осрамление души.

Гнев, подобно быстрому движению жернова, в одно мгновение может истереть и уничтожить душевной пшеницы и плода — больше, нежели что другое в целый день. Посему тщательно надлежит внимать себе. Он, как пламя, раздуваемое сильным ветром, скорее нежели медленный огонь, пополяет и губит душевную ниву.

Как с появлением света удаляется тьма, так от благоухания смирения исчезает всякое огорчение и гнев.

Св. Иоанн Лествичник

+ + +

Кто нашел путь долготерпения и незлобия, тот нашел путь жизни.

Лучше улыбкою пресечь раздражение, нежели свирепствовать неукротимо.

Что яд аспидов, то раздражительность и памятозлобие; потому что они и лицо изменяют, и мысль возмущают, и жилы расслабляют, и производят в человеке недостаток сил к совершению дела; а кротость и любовь отдаляют все это.

Будь внимателен к себе, чтоб не возобладали тобою вспыльчивость, раздражительность, памятозлобие, — от чего будешь вести жизнь тревожную и неустроенную. Но приобрети себе великодушие, кротость, незлобие, и все, что прилично христианам, чтобы вести жизнь покойную и

безмятежную.

Если ты имеешь что на брата, или брат на тебя, помирись. Если не сделаешь сего, то все, что ни приносишь Богу, не будет принято (Мк. 11,25; Мф. 5, 23, 24). Если же исполнишь такое повеление Владыки, тогда с дерзновением молись Ему, говоря: «Оставь мне, Владыко, долги мои, как и я оставляю брату моему, исполнив заповедь Твою!» И Человеколюбец скажет в ответ: «Если ты оставил, оставляю и Я; если ты простил, прощаю и Я твои долги».

Св. Ефрем Сирин

+ + +

Когда ум покорится Богу, тогда сердце покоряется уму. В этом заключается кротость. Что такое — кротость? Кротость — смиренная преданность Богу, соединенная с верою, осененная Божественною благодатию.

Свт. Игнатий Брянчанинов

+ + +

Гнев обращается в злобу и памятозлобие, когда долго удерживается и питается в сердце. Чего ради повелено нам скоро его пресекать, чтобы в ненависть и в злобу не возрастал, и так к злу большее зло не приложилось. Солнце да не зайдет в гневашем, ниже дадите место диаволу, глаголет апостол (Еф. 4, 26, 27).

Свт. Тихон Задонский

+ + +

...Человек, подверженный раздражительности и дышащий злобою, весьма ясно ощущает в груди своей присутствие враждебной, злой силы; она производит в душе совершенно противное тому, что говорит Спаситель о Своем присутствии: иго Мое благо и бремя Мое легко есть (Мф. 11, 30). При том присутствии чувствуешь себя ужасно худо и тяжело — и душевно и телесно.

Св. Иоанн Кронштадтский

О борьбе с печалью

Не думай, что ты один терпишь скорбей больше всякого. Как живущему на земле невозможно избежать этого воздуха, так человеку, живущему в этом мире, невозможно не быть искушенным скорбями и болезнями. Занятые

земным от земного испытывают и скорби; а стремящиеся к духовному о духовном и болезнуют. Но последние будут блаженны; потому что плод их обилен о Господе.

Бог не допускает душе, уповающей на Него и терпеливой, быть искушаемою в такой мере, чтобы дойти ей до отчаяния, т. е. впасть в такие искушения и скорби, которых не может она перенести (1 Кор. 10, 13). И лукавый не в такой мере искушает душу и тяготит ее скорбью, в какой хочет, но в какой попущено ему Богом. Пусть только душа переносит все мужественно, держась упования по вере и ожидая от Бога помощи и упования; и невозможно, чтобы она была оставлена.

Св. Ефрем Сирин

+ + +

Полезною для нас должны мы почитать печаль только в таком случае, когда мы восприемлем ее, быв подвигнуты или раскаянием во грехах, или горячим желанием совершенства, или созерцанием будущего блаженства. О ней и блаженный Павел говорит: *печаль, яже по Бозе, покаяние нераскаянно во спасение соделоваает; а сего мира печаль, смерть соделоваает* (2 Кор. 7, 10).

Есть еще и иной род печали — непотребнейший, когда она в душу согрешившую влагает не намерение исправить жизнь и очиститься от страстей, а пагубнейшее отчаяние. Она-то ни Каину не дала покаяться после братоубийства, ни Иуде не попустила после предательства взыскать средств удовлетворения, а увлекла его, чрез внушенное ею отчаяние, к удушению.

Св. Иоанн Кассиан

+ + +

Не печалится воздержный, что не достал снеди, целомудренный, что не улучил срамного непотребства, негневливый, что не удалось отмстить, смиренномудрый, что лишен человеческой почести, нелюбостыжательный, что потерпел неудачу. Они совершенно погасили в себе все такие пожелания, — почему и не испытывают печали; ибо бесстрастного не уязвляет печаль, как одетого в броню не пронзает стрела.

Печаль рождается от того, что противно (беды, скорби, огорчения); от печали же происходит мрачное расположение духа (как говорится: он не в духе); а от них обоих порождается бессмысленная бранчивость (ворчание на все).

Если хочешь подавить печаль с мрачным расположением духа, то обыми благодушную любовь и облекись в радость незлобивую.

Св. Нил Синайский

+ + +

Ненависть зависит от раздражительности, раздражительность — от гордости, гордость — от тщеславия, тщеславие — от неверия, неверие — от жестокосердия, жестокосердие — от нерадения, нерадение — от разленения, разленение — от уныния, уныние — от нетерпеливости, нетерпеливость — от сластолюбия.

Молитва зависит от любви, любовь — от радости, радость — от кротости, кротость — от смирения, смирение — от служения, служение — от надежды, надежда — от веры, вера — от послушания, послушание — от простоты.

Св. Макарий Великий