*1*

**А. В. Сухарев**

**Наркотическая экзотика**

«Старый сад»  
Москва 2000

*2*

Автор:  
*доктор психологических наук  
Александр Владимирович Сухарев*

Научный консультант:  
*зам. главного психиатра г. Москвы по наркологии,  
кандидат медицинских наук  
Евгений Алексеевич Брюн*

Дизайн обложки: И. М. Кондаков.  
Рисунки страдающих наркоманией были любезно  
предоставлены М. С. Родионовой:  
Рис. [1](http://psychlib.ru/mgppu/Suh/SUH-001-.HTM) – первитиновая зависимость;  
Рис. [2](http://psychlib.ru/mgppu/Suh/SUH-001-.HTM), [3](http://psychlib.ru/mgppu/Suh/SUH-001-.HTM), [4](http://psychlib.ru/mgppu/Suh/SUH-001-.HTM) – героиновая наркомания.

Эта книга предназначена прежде всего тем, кто отчаялся излечиться от наркотической зависимости. Ее с огромным интересом прочтут психологи, педагоги, врачи, а также все у кого есть дети – совсем маленькие, подростки, юноши и девушки. Прочтя эту книгу, вы поймете первопричину не только возникновения зависимостей от наркотиков и алкоголя, но и депрессий, переживаний стрессовых состояний. В ней вы найдете ключ к выходу из наркомании и депрессии для себя, для своих близких и доступные способы профилактики этих болезней у своих детей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **ISBN 5–89930–39–6** | ТОО «Старый сад»  Лицензия № 065741  от 13 марта 1998 г. |

*3*

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| Наркотик – для кого-то яд, а для кого-то благо? | 7 |
| Эрнст Хэмингуэй – «хлеб – опиум для народа» | 8 |
| Народы, наркотики и химеры профессора Тоби Натана | 11 |
| Хэмингуэй и Натан – два взгляда на наркотическое опьянение | 17 |
| Немного философии – судьбы народов в преддверии конца света | 21 |
| Библейское смешение народов и душевная депрессия | 24 |
| Экзотика, наркотики и туризм | 29 |
| Экзотика, душевные расстройства и информация | 30 |
| Естественная и противоестественная защита от |  |

*4*

|  |  |
| --- | --- |
| излишней экзотики | 31 |
| Вавилонское столпотворение в «одной голове» | 34 |
| Наркотики и депрессии | 38 |
| Культура, география и «понимание» наркотика | 41 |
| Экзотические интересы и психические расстройства: что говорят факты | 47 |
| Подсознание страдающих от наркотиков | 51 |
| Наркотики и вырождение | 71 |
| Рождение наркомана | 76 |
| Как воспитать человека | 79 |
| Как воспитать наркомана в России | 81 |
| Душевная незрелость – основа наркомании, шизофрении и других психических расстройств | 84 |
| Как лечиться от наркомании | 89 |
| Психотерапия и психологическая реабилитация зависимостей от наркотиков | 91 |
| Столбовая дорога к излечению от наркотиков и алкоголизма | 98 |

*5*

|  |  |
| --- | --- |
| Три стороны и три шага в заболевании и выздоровлении от наркомании | 104 |
| Взаимодействие психотерапии и лекарств в лечении наркоманий | 108 |
| Усилия родителей и других значимых для страдающих наркоманией людей | 112 |
| Этапы психотерапии зависимости от наркотика | 115 |
| Итог | 118 |

*6*

*Эта книга издана на средства, предоставленные семейной парой, излечившейся от героиновой наркомании*

**Предисловие**

Само название книги указывает на глубинную связь наркотика, что в переводе означает “одурманивающий”, и экзотики, что в переводе означает “чуждый, иноземный” и относится “к явлениям свойственным отдельным странам и представляющимся людям других мест причудливыми, необычными”. Каждый человек в той или иной степени интересуется или когда-либо интересовался экзотикой. Парадокс в том, что само существование “наркотиков без экзотики” невозможно. Почему это именно так, в содержании книги и уделено большое внимание.

Эта книга также о том, каким образом наркотики связаны со всеми остальными сторонами человеческой жизни. О том, что такое “мир наркотиков” и где находятся широкие врата в этот мир и где тайный выход из этого мира. Ведь вход и выход могут находиться буквально в одной комнате, но, подчас, в поисках точек соединения “мира наркотиков” и “мира без наркотиков” можно проделать долгое путешествие в сотни и тысячи километров. Из этой книги читатель узнает, какое отношение к “миру наркотиков” и “миру без наркотиков” имеет то, чем человек питается, как одевается, какие у него вкусы, интересы и, даже, где он проживает и какого он роду-племени. Это поможет более осознанно увидеть: куда и откуда ведут различные дороги и тропинки в жизни человека, а также понять значение наркотиков на каждом из этих путей.

Настоящая книга предлагается, прежде всего, молодежи, родителям молодого поколения; прочесть ее будет полезно психологам, педагогам, врачам и всем кого хоть немного волнуют острейшие проблемы современной жизни.

*7*

**Наркотик – для кого-то яд, а для кого-то благо?**

У чукчей и у некоторых других народов севера, в целях общения с умершими предками, предсказания будущего и т. п., употребляется в определенной концентрации особый настой мухоморов. Один из чукчей приблизительно так описывал свои впечатления от ритуального употребления мухоморов: “После того, как выпьешь определенное количество настоя можно увидеть “стеклянную стену”, из которой высовываются головы умерших предков. Можно задавать им вопросы и получать ответы о том, сколько лет осталось жить, будет ли удачной охота, родится ли мальчик или девочка и др.”

Если же мухоморный настой употребляет, скажем, русский, то общения с предками не получается; преобладают симптомы отравления (например, обычный понос) и, иногда, отдельные галлюцинации.

Существуют народы, в частности, в Бирме и на северо-востоке Индии, где употребление опия (курение) является традиционным и связано с определенными ритуалами. Даже биологически, организм представителей этих народов относительно легче перерабатывает морфины, содержащиеся в опийном маке. Вследствие влияния этих двух факторов – биологического и традиционно-культурного – привычное употребление опия гораздо реже вызывает у них болезненную зависимость по сравнению, например, с европейскими народами.

Другими словами, можно сказать, что для одних народов является наркотиком, для других таковым не является. Похоже, что представители этих народов могут употреблять вполне определенные вещества, действующие на психику, относительно без вреда для здоровья и возникновения болезненной зависимости.

*8*

**Эрнст Хэмингуэй – “хлеб-опиум для народа”**

Один из героев известного рассказа Эрнста Хэмингуэя, мистер Фрэзер, считал, что либо человек делает что-то требующее от него всей жизни или связанное со смертельным риском, либо человеку нужен наркотик, обобщенно названный Хэмингуэем “опиум”. Что же является, согласно известному американскому писателю, наркотиком или этим самым “опиумом”? Позволю себе цитату, в которой Хэмингуэй (в рассуждениях кабатчика – мистера Фрэзера) отвечает на этот вопрос.

“Религия – опиум для народа... Да и музыка – опиум для народа ... А теперь экономика – опиум для народа; также как патриотизм – опиум для народа в Италии и Германии. А как с половыми сношениями? Это тоже опиум для народа... Но пьянство – высший опиум для народа, о, изумительный опиум! Хотя некоторые предпочитают радио, тоже опиум для народа... Наряду с этим идет игра в карты, тоже опиум для народа и самый древний. Честолюбие тоже опиум для народа, наравне с верой в любую новую форму правления... Но где же настоящий, подлинный опиум для народа? Он знал это очень хорошо. Ну конечно, хлеб – опиум для народа”.

Если учесть то, что Хэмингуэй писал в середине двадцатого века, то теперь, на пороге двадцать первого столетия к “опиуму для народа” можно отнести телевидение, видеофильмы, газеты, журналы, а помимо хлеба – различные экзотические фрукты и продукты. Для некоторых – это возможность путешествовать в далекие страны (по настоящему и по телевидению), занятия новыми видами спорта (аэробика, у-шу), а также погружение в мир различных мистических течений – буддизм, сатанизм и многое другое. Даже упомянутые Хэмингуэем “половые сношения” в наше время частично приобрели совершенно другой, а именно – экзотический оттенок.

*9*

Например, смысл новогодних пожеланий к 2000 году известной телеведущей Ханги в одной из передач программы “Про это” состоит в следующем: “Желаю вам, чтобы все ваши самые буйные (читай – экзотические – прим. А. Сухарева) сексуальные фантазии воплотились в действительность” (цитирую по памяти). Под этими фантазиями разумеется: садомазохизм, лесбиянство, гомосексуализм, многоженство, многомужество, транссексуализм (хирургическая “перемена пола”) и возможные варианты такого рода поведения, которые, как надо понимать Хангу, открывают новые грани в развитии личности. При таком “телевизионном напоре” невольно вспоминаются слова известного русского историка, охарактеризовавшего эпоху Петра I следующим образом: “Свобода личности вменялась в обязанность и поддерживалась кнутом”.

По Хэмингуэю получается, что практически любая информация, вещество или продукт питания, образ жизни и мировоззрение, род занятий – все это можно отнести к наркотикам. Другими словами все, что тебя более или менее интересует, что ты ешь или пьешь, что ты делаешь и чем занимаешься – в той или иной степени имеет наркотический эффект. Даже такой общеупотребительный продукт как сахар, оказывается, обладает небольшим стимулирующим эффектом.

Однако здравый смысл подсказывает нам, что на самом деле все обстоит не так, хотя, как говорят – что-то в этом есть. Действительно, когда сталкиваешься с человеком, с головой погрузившегося в какое-то экзотическое религиозное учение или секту, то возникает ощущение, что он, как будто одурманен, в особенности, когда к месту и не к месту поминает те или иные непреложные правила своего нового мировоззрения или постоянно ссылается на высказывания своих учителей.

Очевидно, что человек, родившийся и живущий, например, в средней полосе России и потребляющий хлеб и сахар каждый день, никак не производит впечатление наркотически зависящего от этих веществ. Я специально отметил

*10*

здесь – “для человека родившегося и живущего в средней полосе России”. Оказывается, что люди определенной расы, в частности, чукчи и эвены, живущие в Восточной Сибири, употребляя в пищу не свойственные их традиционному типу питания хлеб и сахар (т. е. углеводы) приобретают определенную предрасположенность к алкоголю, чаще заболевают алкоголизмом. Известно, что у чукчей, эвенов и некоторых других народов по сравнению, например, с европейцами, в крови снижено содержание вещества, разлагающего алкоголь. Это является одной из причин того, что эти народы относительно хуже переносят алкогольные напитки и среди них более распространен алкоголизм как заболевание. Другой группой причин их повышенной склонности к алкоголю является отсутствие определенных ритуалов, культурных традиций, регулирующих употребление алкоголя так, как, например, у европейских христианских народов – русских, французов и других.

В связи со сказанным интересной представляется точка зрения известного французского психиатра, профессора Тоби Натана. Его опыт основан на лечении наркоманов из предместий Парижа, среди которых огромную долю составляют дети иммигрантов, а также на опыте экспедиций в различные районы, который показывает, что так называемые наркотики глубоко укоренились в традиционных культурах. Каждая традиционная культура связана с определенными *психотропными* (т. е. воздействующими на психику) веществами. В любой культуре “наркотиками” обычно являются не все вещества, которые воздействуют на психику, а только “чуждые” психотропные вещества. По словам Тоби Натана французы, например, никогда не говорят о вине как о наркотике. “Наркотики называют во Франции наркотиками только потому, что они иностранные”.

Возвращаясь к словам Хэмингуэя, которые были приведены в начале, можно сказать, что отнюдь не все может являться “опиумом для народа”. Алкоголь, например, является

*11*

“опиумом” для чукотского народа, не потерявшего связь с культурными традициями своих предков, а мухоморы – не являются таковым “опиумом”. Здесь все дело в укоренившихся обычаях и укладе того или иного народа и в определенном биологическом предрасположении: если психотропное вещество является чуждым для традиционной культуры народа или особенностей его отдельных представителей, то это вещество может вызывать болезненную зависимость, т. е. быть наркотиком.

**Народы, наркотики и химеры профессора Тоби Натана**

*Дух наркотика*

Профессор Натан делает вывод, что каждый наркотик можно отождествить с одним из божеств, которому поклоняется народ. Эти боги свойственны какому-либо одному народу, традиционной самобытной культуре этого народа. Например, к “религии” африканского народа йоруба могут принадлежать только люди народности йоруба. Также дух вина, добываемого из винограда – это боги Дионис или Бахус в древнегреческой и древнеримской культурах и кровь Христа – в христианских культурах. У индейцев навахо и хуичаль кактус пейотль – это бог Мескалито. Для некоторых мексиканских народов тело богов – это священные грибы псилоцибес, для народов, населяющих южноамериканские горы Анды, – дух кустарника кока, из листьев которого получают кокаин, называется “пача-мама” и т. п. Когда человек пьет вино, он проникается духом вина. Употребляя тот или иной наркотик, человек встречается с конкретным божеством. Тоби Натан считает, что традиционное мышление каждого народа устроено именно так, хотя нам трудно понять, почему у каждого вещества есть свой

*12*

дух. Каждый народ, употребляя определенные вещества в течение длительного времени, приложил к этому очень большие усилия и разобрался во взаимодействии с этими веществами и их духами лучше, чем другие народы, сравнительно недавно познакомившиеся с ними.

*Источники силы и химера*

“Химера”, в переводе с древнегреческого означает – “чудовище с огнедышащей львиной пастью, хвостом дракона и туловищем козы”. Очевидно, что химера состоит из несовместимых в реальной жизни частей. Оказывается, химера и наркотик – близнецы-братья.

“Наркотики приходят в обличье иностранных богов” – говорит Тоби Натан. Западные страны, по его мнению, сейчас переживают катастрофу, они потеряли всякое представление о том, что есть истинно святое. Изучение культуры и традиций народов Северной и Центральной Африки показывает, что каждое божество, всякий дух есть конкретное наследие определенного народа. И это наследие нельзя передать другому народу – оно придает особые силы людям, принадлежащим только к данному народу.

Если человек пьет вино, то он вступает в отношения либо с Дионисом, либо с Христом – в зависимости от культуры, к которой он принадлежит. Если он принимает пейотль – то он вступает во взаимодействие с шаманистскими божествами Центральной Америки.

Употребление психотропного вещества может превратиться в болезненное пристрастие и в связи с тем, что человек приобщается к “общечеловеческим ценностям” в форме сухих и безжизненных догм какой-то универсальной религии, например, так называемого “христианства вообще” – не православия и не католицизма и пр. или в форме мусульманства, оторванного от традиций и уклада конкретного народа.

В современном цивилизованном мире все больше нарастает смешение различных народов. Молодые люди, потерявшие

*13*

связь со своим народом, создают свою новую искусственную, “осколочную” культуру и приобщаются к ней. В этой “осколочной” культуре все перемешивается, а также игнорируется своеобразие именно своего культурного происхождения. Признаками таких “осколочных” культур, к примеру, являются: различные знаки и символы, изображаемые на стенах домов, заборах, а также особые татуировки, манера одеваться, особый “кодированный” язык общения и образ жизни в целом. Но эти “осколочные” культуры лишены корней и чаще оказываются пустыми, мертворожденными. Поэтому болезненное пристрастие к наркотику и к духу этого наркотика называется “тягой к химере”. Химера отнимает у человека жизненные силы, тогда как прикосновение к родной культуре, наоборот, придает сил человеку, который, наподобие былинному Илье Муромцу, обретал огромную мощь, приникая грудью к родной земле. Наркотик всегда является частью этой химерической или “осколочной” культуры.

*Наркотик выбирает тебя*

При лечении иммигрантов, которые вследствие своего положения в особо высокой степени подвержены влиянию смешения культур, Тоби Натан заостряет внимание на разнице между утраченной первоначальной, родной культурой и “тягой к химере”, т. е. к наркотику. Дух наркотика и дух химеры оказываются двумя несовместимыми божествами. Возможны связи “тропинки” между божествами, но не их смешение.

Важным во взглядах французского врача является следующее – необходимо, прежде всего, понять связь между человеком и божеством конкретного наркотика. Не следует спрашивать: “Почему ты принимаешь этот наркотик?”. Нужно спрашивать: “Как это божество тебя выбрало?”. *Нужно понять, почему это божество выбрало именно тебя.*Гораздо целесообразнее исходить именно

*14*

из намерений божества, чем из намерений человека, принимающего данный наркотик. Ведь человек не выбирает тот народ и ту культуру, к которым он принадлежит, как и не выбирает своих родителей.

*Смешение культур и народов*

Наше время характерно, прежде всего, тем, что народы и культуры все больше и больше смешиваются. При этом смешении каждое божество (или народ, или культура) остается все-таки, обособленным. Например, греческая и римская цивилизации или ислам в период завоеваний действовали именно таким образом, – они включали в свою культуру божества завоеванных народов.

Современный ислам, в частности, можно разделить на два уровня. Официальный ислам, опирающийся на древние тексты и толкования догм и пророчеств, является более или менее непонятным для большинства мусульман. Существует еще огромный мир всевозможных преданий, верований, знахарских воззрений, представляющих собой взгляды и способы целительства, лечебного дела. Тоби Натан приводит пример – в Тунисе часто говорят о “медицине наоборот”, которая, в отличие от исламской медицины применяет амулеты, вещества и благовония в магических целительских действиях, основанных на представлениях о джиннах-духах воздуха или воды. Официальный ислам (также как и официальное христианство) запрещает прибегать для достижения каких-либо целей к помощи различных духов кроме Аллаха (или Святого Духа в христианстве).

Другими словами, одно дело, если люди объединены как “христиане”, “мусульмане”, “буддисты” или даже “россияне” и совсем другое дело, когда люди, наряду с этим объединением, придерживаются живых народных традиций, которые, в известной степени, могут не соответствовать официальному мировоззрению на уровне федерации – будь то “ислам” или “права человека”.

*15*

К этим живым традициям относятся народные сказки, легенды, народная музыка и песни, в которых могут быть отражены различные древние способы лечения болезней, характерные для данного народа, для данной местности или даже для данной семьи.

В результате смешения языков и культур не может образоваться одна единообразная культура или язык. Креольский язык (в данном случае – язык, на котором говорит значительная часть населения в бывших французских колониях Северной Африки и представляющий собой некоторое объединение местных и французского языков) – не французский, это совсем иной язык. Это не смешение, по мнению профессора Натана, а новая культура. Это не означает, говорит профессор, что он против межнациональных браков, но просто наивно пренебрегать трудностями, с которыми столкнутся дети от этих браков, принадлежа к двум или более народам.

*Сохранение и взаимодействие различных народов*

Обезличенное “окультуривание” через распространение так называемой “западной культуры” (на практике это – макдональдс, диснейленд, “общечеловеческие ценности” и т. п.) вызывает у Тоби Натана протест. Вместе с тем, он не принимает и “прямолинейного” смешения культур и народов. Профессор предлагает научиться у стран Юга тому, что касается отношений между народными традициями, самобытность которых в этих странах уважают.

На примере Африки и американских индейцев на местном уровне от начала до конца общественно-культурные изменения состояли в образовании новых “объединений народов” или увеличении числа божеств общающихся друг с другом. На Западе, напротив, происходил обратный процесс стандартизации, уничтожающий культурное разнообразие и состоящий в “подгонке” особенностей различных народов под одни и те же общественные и личные правила

*16*

жизни. К вопросу о значении взаимодействия с духами различных народов могу добавить интересный исторический факт. Когда, в свое время, нганасане воевали с ненцами (народы севера нашей страны), то они сначала договаривались с духами земли, где жили ненцы и тогда само завоевание этого народа нганасане считали уже совсем простым делом (из воспоминаний известного этнографа Ю. Б. Симченко).

Профессор Натан считает, что во всемирном масштабе ответ на вопрос о возможности установления связей между культурами различных народов равносилен возрождению понятия “гетто” и, что это звучит провокационно лишь на первых порах. Это обозначение возникло в 1516 году и означало район литейных цехов в Венеции, где селились евреи. Само слово “гетто” образовано от латинского “бросать” или “заливать расплавленный металл в форму”. Гетто – это культура национального меньшинства, предпочитающего сохранять свою самобытность путем образования местной общины; эта община открыта и соприкасается с культурами других народов.

Речь идет о том, чтобы поддерживать контакты между различными общинами, чтобы “наводить как можно больше мостов” между различными пристрастиями каждого человека – культурными, политическими и т. п.

*Возрождение народных корней и “тяга к химере”*

Когда общеобразовательные школы навязывают преподавание только на одном языке, на котором не говорят в доме, считает Тоби Натан, происходит убийство местных культур. Это верно и для языковых меньшинств и для обучения детей иммигрантов. Необходимо преподавать в школе изначально на двух языках – для тех, кто дома говорит на языке отличном от языка общения в школе, на работе, на улице и т. п.

*17*

Предупреждение наркомании, “тяги к химере” означает создание условий для почитания конкретного божества – погружение в мир “бабушкиных сказок”, преданий, искусства и традиций родной культуры.

Человек африканской народности бамбара (Марокко), употребляющий коноплю и обученный тайным языкам бамбара, застрахован от наркомании. И, напротив, юридический запрет на употребление конопли – “одного из божеств марокканцев” – закрывает такую отдушину, заставляя тяготеть к химере. Аналогичную роль могло бы сыграть, например, введение сухого закона в отношении алкоголя в России.

По мнению профессора Натана – исчезновение национальных общин, обезличивание общественной жизни является главной причиной бессилия властей со злоупотреблением наркотиков.

**Хэмингуэй и Натан – два взгляда на наркотическое опьянение**

Как писатель, Хемингуэй, конечно же, весьма тонко разбирался в различных оттенках человеческих чувств, ощущений, помыслов. Что касается различных наркотических веществ или условий, которые приводят к тем или иным состояниям, сходным с наркотическим опьянением, то он имел возможность рассматривать их не только как сторонний наблюдатель. Свои взгляды писатель излагал вполне общеупотребительным языком, понятным любому человеку, независимо от профессии или уровня образования. Общий вывод из его взглядов на состояния наркотического опьянения сводится к тому, что практически любое вещество, явление, действие или даже мировоззрение может быть “опиумом для народа” или наркотиком. Однако здесь возникают вопросы.

*18*

Во-первых, тот же опиум или его производные по своему воздействию на человека очень сильно отличаются, например, от действия галлюциногенных грибов, конопли или алкоголя. Душевные состояния, возникающие в результате употребления различных наркотических веществ, могут характеризоваться либо пассивной созерцательностью, либо возбуждением воображения, чувств и ощущений. Такой вид хэмингуэевского “опиума для народа” как патриотизм или стремление к свободе, надо думать, связан с несколько иными душевными состояниями, чем следствие воздействия теле- и радиопередач или “половых сношений”.

Во-вторых, возникает вопрос, что дает конкретному человеку представление о том, что он живет в окружении всевозможных “опиумов для народа”? Я далек от того, чтобы указывать, в данном случае, на возможные последствия такого мировоззрения для психики человека, однако, как-то грустно становится, когда вспоминаешь, что сам Хэмингуэй покончил жизнь самоубийством.

Свои произведения Хэмингуэй создавал в середине двадцатого века – в эпоху войн, нарастания миграций населения из страны в страну, из одной части света – в другую, а самое главное – в эпоху бурного развития средств массовой информации, начала лавинообразного смешения народов, культур, мировоззрений. В этот период люди современной цивилизации еще только начинали осознавать наиболее существенные изменения, которые по нарастающей происходили и происходят во всем мире. Внезапно, но неприметно в потоке событий наступило время осознать ту ступень в жизни человечества, которая однажды уже была описана в Библии. Наступило время вновь увидеть “вавилонское смешение языков” современности, гигантскую панораму смешения языков и народов. Как Хэмингуэй не является единственным человеком, увидевшим и описавшим в художественной форме животрепещущие грани своего

*19*

времени, так и французский врач Тоби Натан, конечно, был не единственным ученым, попытавшимся понять смысл изменений, происшедших в жизни людей уже в самом конце того же двадцатого века.

Французский психиатр, в соответствии с теми изменениями, которые произошли в современном мире, обнаружил, что всеобщее смешение культур и народов может быть вредным для здоровья человека.

Уже само определение наркотика по профессору Натану – как вещества воздействующего на психику и, в тоже время, чуждого для данной культуры или народа, свидетельствует о возможных вредных последствиях от такого смешения. Кроме того, он заметил следующее: определенный возврат к родной культуре, к своему “исходному” народу является способом предупреждения и лечения наркоманий. При таком возвращении наркотик как бы “обрастает” так называемой “культурной защитой” и становится уже не столь вредоносным для человека. “Культурная защита” и представляет собой закрепленный в преданиях, сказках, мифах, в традиционном укладе данного народа способ включения определенного психотропного вещества в жизнь и быт конкретного человека.

*А как быть людям “смешанной национальности”?*

Здесь возникает одно серьезное возражение к профессору Натану. Хорошо, если человек, например, родился и воспитывался в “несмешанной” культуре определенного народа. Это может быть житель Кавказа, особенно из удаленных горных районов или уроженец северной русской деревни, попавшие под влияние других культур вследствие переезда в большой индустриальный город типа Москвы или Петербурга. Но как быть, если молодой человек наполовину бурят, а наполовину русский? Или если он уже изначально воспитывался на “перекрестке культур”? Если, например, его отец –

*20*

русский из Вологодской области, мать – еврейка из Молдавии, а сам он учится в Московском лицее “с преподаванием ряда предметов на английском языке”? *К какой “родной” культуре или “исходному” народу профессор Натан посоветовал бы в данном случае обратиться?* Похоже, что опыт работы с мигрантами в предместьях Парижа, также как и с аборигенами Северной и Центральной Африки здесь мало чем поможет.

Большинство молодежи, злоупотребляющей наркотиками, по крайней мере, в настоящее время в России, являются жителями крупных индустриальных городов. Следует признать, все же, что приезжие из областей, где существуют культуры относительно изолированных народов в этом смысле не отстают от уроженцев крупных городов. Однако в большинстве случаев все равно могут возникнуть вопросы: во-первых, какая культура или народ являются родными для конкретного человека; во-вторых, если более или менее ясно, какой именно народ является родным, то как обратиться к культуре и условиям жизни этого народа в целях предупреждения или лечения наркотических зависимостей.

Повторю общий вывод – если человек “впитывает” в себя какие-либо вещественные или духовные “частички” другого народа, его типа питания, культуры, то эти частички воздействуют на психику человека и может возникнуть болезненная зависимость от этих частичек.

Почему так происходит? Каково внутренне устройство возникновения такой зависимости? Отвечу на этот вопрос в следующем разделе книги.

*21*

**Немного философии – судьбы народов и преддверие конца света**

Если развернуть практически любую современную газету, журнал, включить радио или телевизор, или просто послушать, о чем говорят люди в очереди в поликлинике, в общественном транспорте, в кафе, то очень часто можно услышать, по сути, одно и тоже: как быстро изменяется жизнь и все к худшему, например, в таких выражениях: “Жизнь бьет ключом и все больше по голове” и других. И ученые, и торговцы на рынке, и банковские служащие, и безработные, и крестьяне – все воспринимают наше время как резкий, крутой перелом в общественной жизни, как тяжелое переходное состояние. Все эти определения являются точным переводом греческого слова “кризис”. Так и говорят – “кризис нашей эпохи во всех сферах жизни – деньги, семья, война, нищета, преступность и т. д. Это слово, – “кризис”, впервые применил древнегреческий врач Гиппократ, для описания неустойчивого состояния больного, когда он может либо быстро выздороветь, либо умереть. Как видим, этим словом характеризуется сейчас и вся наша жизнь – она больна, хотя и может выздороветь.

Выдающийся нидерландский философ двадцатого века Йохан Хейзинга так охарактеризовал современную жизнь: “Ясно, как день, что наше время страдает лихорадкой. Может быть это лихорадка роста? Кто знает! Дикие, бредовые фантазии, бессвязная речь. Или же перед нами нечто более серьезное, чем скоропреходящее возбуждение мозга? Нет ли тут оснований, говорить о навязчивых галлюцинациях как результате глубокого поражения нервной системы?”. Все эти сравнения имеют смысл для различных

*22*

явлений современной жизни. Философ писал: “Мы живем в эпоху одержимости ... Повсюду царит сомнение в прочности общественного устройства, внутри которого мы живем, неясный страх перед ближайшим будущим, ощущение упадка культуры и грозящей миру гибели. Это не только кошмары, что посещают нас в ночную пору... Это и трезвые рассуждения, взвешенные на весах наблюдения и здравого смысла. Нас прямо-таки захлестывают события. Мы воочию видим, как шатается все то, что казалось прежде незыблемым и священным: истина и человечность, право и разум... В настоящее время сознание того, что мы переживаем острый, гибельный кризис культуры проникло в самые широкие слои общества, везде царит расстройство и смятение”.

Примером исследования, переживания человеком кризиса современной эпохи, как целого является труд известного французского философа Рене Генона. В своей книге “Кризис современного мира” он отмечает, что большинство людей в середине двадцатого века уже не сомневается в начинающейся мировой катастрофе. Правда, само признание существования кризиса является, по его мнению, весьма благоприятным признаком – оно свидетельствует о возможности восстановления “нормальных пропорций в современном сознании”. Вера в бесконечный “прогресс”, считавшийся вплоть до последнего времени неприкосновенной и непререкаемой истиной, перестает быть абсолютной и всеобщей. Находится все больше людей, осознающих, что западная цивилизация не может развиваться в одном и том же направлении, и, что в какой-то момент ее развитие достигнет определенной точки, в которой оно прекратится, а сама эта цивилизация, возможно, полностью исчезнет в результате страшной катастрофы. Не все ясно представляют себе откуда исходит главная опасность. Фантастические или ребяческие страхи, часто высказываемые но этому поводу, свидетельствуют о наличии здесь множества заблуждений

*23*

и предрассудков. Однако, в любом случае *налицо ощущение какой-то опасности, даже если она воспринимается не столько умом, сколько чувствами.* Многие начинают понимать, что “цивилизация”, которой так гордятся современные люди, отнюдь не занимает особого, привилегированного положения в мировой истории и, что ее может ожидать та же участь, которая ранее постигла множество других цивилизаций, исчезнувших в более или менее отдаленные эпохи и подчас, оставивших после себя лишь едва различимые или почти нераспознаваемые следы.

Когда говорят, что современный мир находится в состоянии кризиса, это значит, что неизбежно его всеобщее изменение. Неизвестно, случится это по воле людей или помимо нее, внезапно или более или менее постепенно, в результате катастрофы или без нее. В настоящее время, считает Генон, очевидно, что кризис приближается к своей развязке и это предельно усугубляет “ненормальность” существующего положения дел.

Ускоряется и последовательность разворачивающихся событий и, очевидно, что все это может продлиться еще какое-то время, но все же отнюдь не до бесконечности. Даже если не знать точного временного предела, трудно отделаться от ощущения, что все это будет продолжаться не так уж долго.

Рене Генон рассматривает, например, традиционную культуру Востока как относительно “нормальную” и оправдывает претензии жителей Востока по отношению к чрезмерному влиянию “западного сознания”, равнозначного в цивилизации Запада понятию “современное сознание”. Общественный хаос, его причины он видит в отрицании различных людей и возведении в принцип такого понятия как “равенство” (другими словами – все тоже “смешение”). Он критикует демократию за отрицание идеи “элиты” (т. е. “лучших”). Не случайно демократия противопоставляется “аристократии”, поскольку слово “аристократия” означает “власть лучших”, “власть элиты”.

*24*

Так или иначе, Генон основывается на том, что все большее количество людей в разных областях или во всех сразу видят *состояние надлома, кризиса и, соответственно, переживают это*. Эти переживания связаны с чувством *беспокойства, страха, безысходности*, что особенно свойственно российскому самосознанию постперестроечного общества. Перестройка в России шла, как известно, в сторону более или менее успешного присвоения ценностей, образа жизни западной цивилизации – “бизнес”, рынок, деньги. Вместе с этими ценностями, естественно, были, с одной стороны, восприняты и противоречия Запада, а с другой – западные ценности пришли в неизбежное противоречие с ценностями России. Похоже, что в России противоречия современной цивилизации приобретают двойную остроту и, соответственно, последствия кризиса для психики людей в нашей стране, по видимому, являются еще более разрушительными, чем это обстоит, например, в Европе или в США.

Такие симптомы *переживания* человеком кризиса как “общее беспокойство”, “чувство неясной опасности”, “чувство безнадежности” и др., по сути, представляют собой*депрессивные признаки*. Этот вывод является существенным для дальнейшего.

**Библейское смешение народов и душевная депрессия**

Известно, что каждый народ, так или иначе связан, во-первых, с определенной территорией, природными условиями; во-вторых, характеризуется определенными обычаями, общественным укладом, языком, культурой, преобладающим мировоззрением; в-третьих, представители различных народов характеризуются определенными внешними признаками и биологическими особенностями. Посмотрим, что происходит в этих трех областях в наше время.

*25*

*В области общественных отношений* или мировоззрения, по мнению известного английского историка А. Дж. Тойнби, современный мир переживается человеком как ощущение “разрушения ценностей”, “чувство всеобщего смешения” и “чувство мучительно переживания оторванности от корней”.

Многие социологи и психологи отмечают, что утрачена значимость общественных правил и законов. Поэтому столь высока частота отклоняющегося и саморазрушительного поведения, вплоть до самоубийства.

Отсутствует возможность выбрать собственный образец поведения и оценить свое общественное положение, что оставляет человека в состоянии неопределенности и одиночества, без “чувства локтя” с каким-либо человеческим сообществом.

Имеет место полное “отсутствие закона” и способов, которыми человек действительно, а не на словах мог бы достичь целей, одобряемых в данном обществе – это толкает многих людей на незаконные пути достижения этих целей, на преступления.

Переживание такого общественного устройства проявляется в душе человека в состояниях беспомощности, пустоты, безответственности, отсутствия нравственной цели, чувства одиночества.

*В отношении человека к природе* в настоящее время кризис переживается, пожалуй, наиболее остро. Вот как описала отношение человека к природе в конце девятнадцатого века исследовательница-географ Е. Семпл: “Человек – продукт земной поверхности. Это означает не только, что он дитя Земли, прах ее праха, но и то, что Земля приходится ему матерью, вскормившей его и обременившей его заботами, руководящей его мыслями, сталкивающей его с трудностями, которые укрепляют его тело и оттачивают его ум и способности ...”.

Трепетное отношение к Земле как к своей колыбели в наше время изменилось в сторону чувства разочарования, уныния и вины перед матерью-природой. Известный защитник окружающей

*26*

среды Альдо Леопольд пишет: “Мы принимали живую природу как должное, подобно тому, как мы принимаем ветер и закат солнца, пока прогресс не начал уничтожать ее. Теперь перед нами стоит вопрос: а следовало бы приносить в жертву “более высокому жизненному уровню” богатство живой природы? ... наше развитое и прогрессивное общество сейчас напоминает больного ... Оно настолько сильно озабочено своим экономическим состоянием, что потеряло способность оставаться здоровым. Весь мир настолько усердно стремится иметь все больше ванн для купания, что потерял устойчивость, необходимую для того, чтобы производить их и силы, необходимые для того, чтобы хотя бы отвернуть кран”.

Эпоха смешения народов породила также более обостренное переживание отношений людей к внешним физическим и биологическим особенностям других народов. В частности, французам в двадцатом веке приходилось довольно остро переживать отрицательное отношение к “обезьяннему черепу”, черной коже, утолщенным губам переселенцев из Африки; особенно это значимо в отношениях между полами.

В Библии сказано, что в древнем Вавилоне “...смешал Господь языки всей земли и оттуда рассеял их Господь по всей земле”. Замечу, что слово “языки” на древнерусском языке означает “народы”. Далее, согласно Библии с Вавилоном произошло вот что: “...пал Вавилон, город великий, потому что яростным вином блуда своего напоил все народы”. С точки зрения богословия Вавилон был центром всех племен и в то же время, знаком их равенства (смешения или столпотворения народов).

Каждый народ, как я уже говорил, в своем происхождении связан с определенными природными климатическими условиями, характеризуется определенными внешними и физиологическими признаками, а также своеобразием общественно-культурного устройства.

В частности, одна моя пациентка, достаточно долго жившая на Кубе, рассказывала, что не только она, но и

*27*

многие другие европейцы после определенного срока проживания в данном климате начинали страдать заболеванием, которое местные врачи называют “тропикоз”. При этом заболевании отмечается снижение настроения, беспокойство, часто возникает апатия и т. п. Другой пациент, которому пришлось в связи с переездом в Германию много говорить по-немецки, достаточно длительное время испытывал расстройство сна, так как по его словам “в голове все время крутились немецкие слова и выражения”.

Изменение даже одного из этих перечисленных первичных условий жизни для одного человека – представителя того или иного народа, может порождать определенные душевные затруднения, переживания. Признаки переживания человеком существенных и резких изменений этих внешних условий таковы: чувство обесценивания привычных ценностей, чувство вины, самообвинение и мысли о самоубийстве, тревога, страх, подавленность, чувство безысходности и уныния, чрезмерное беспокойство о собственном здоровье, чувства неясной, надвигающейся беды и т. п. Все эти проявления, согласно современным психиатрическим представлениям, являются признаками депрессии.

При этом человек, подчас, ощущает чрезмерную неуверенность в принятии решений, постоянные сомнения, беспорядочность мыслей и, при этом, сосредоточение на волнующем предмете. Могут, также, возникать чувства отупения, безмыслия или потеря памяти.

Иногда возникает обеднение широты кругозора, сужение объема мышления, снижение яркости и чувственной окраски, представлений и переживаний, “чувство утраты чувств”, потеря способности испытывать чувство радости. Последнее, является наиболее существенным, изначальным признаком депрессии как заболевания.

Из телесных признаков депрессии следует отметить различные, часто весьма неопределенные ощущения в сердце, в голове,

*28*

в брюшной полости. Часто наблюдается учащенное сердцебиение, потливость, подъемы или снижение кровяного давления, колебания температуры тела, нарушение обмена веществ (проявляющиеся, например, в появлении угрей и определенных высыпаний на коже).

В свою очередь, экспериментальные исследования показывают, что все эти признаки отражают результат современного “смешения народов” вследствие миграций, изменений природно-климатических условий, изменения типа питания в сторону преобладания синтетических и экзотических продуктов, чрезмерной “свободой вероисповедания”, чрезмерным или вынужденным взаимодействием с представителями других народов, появлении экзотических, заразных заболеваний.

Побудительную роль в возникновении “смешения народов”, несомненно, играет гигантская сеть средств массовой информации, “перемешивающая” признаки всех народов в умах и сердцах людей. Как говорится, соль хороша в меру, но когда пища пересолена ... Можно, конечно, питаться одной селедкой и соленьями, но рано или поздно это приводит к заболеваниям желудка, кишечника, печени. Сходным образом, чрезмерное потребление экзотики через средства массовой информации и “из жизни, в целом” может приводить к возникновению общего беспокойства, различным расстройствам сна, снижению яркости переживаний и способности испытывать чувство радости.

Все, о чем говорилось в этом разделе, относится к последствиям влияния на человека внешних воздействий – телевизора, газет, общения, путешествий и переездов в другие страны и природно-культурные условия жизни. Посмотрим теперь, что происходит, если человек внутренне, уже по своему рождению и воспитанию, происходит от двух и даже более народов, одновременно принадлежит к двум или более культурам, объединяет в себе антропологические признаки двух или более народов.

*29*

**Экзотика, наркотики и туризм**

Ускорение перемен в условиях всеобщего кризиса в современном мире обусловлено, прежде всего, той легкостью, с которой люди могут общаться друг с другом. И это не только легкость общения с разными странами по теле- и видеофону, по почте, через газеты, интернет и телевидение, но, прежде всего, это возможность непосредственного смешения народов вследствие переездов, путешествий, туризма, массовых переселений из-за войн и катастроф – одним словом, из-за миграций.

Миграция – это те случаи массовых перемещений людей, когда представители того или иного народа добровольно или вынужденно покидают свою родину и переселяются в другие места.

Внезапное столкновение с представителями других народов, другой природой, климатом, другими обычаями, верой вызывает у человека глубокое душевное потрясение или шок. Вот описание некоторых симптомов этого шока – общая тревога, общее снижение настроения, некоторые навязчивые действия, чувство беспомощности, страх быть обманутым или оскорбленным и другие депрессивные проявления.

Так или иначе, столкновение с другими странами и народами является источником стресса и сопутствующие переживания могут быть связаны с определенными трудностями, хотя, как будет показано ниже, для некоторых людей эти трудности могут быть и полезными.

Исследователи Бабикер, Кокс и Миллер установили, что степень одиночества, отчуждения, тревоги человека, находящегося в другой культуре, среди другого народа тем больше, чем сильнее различия между культурой этого человека и культурой, местом

*30*

обитания другого народа. Исследователи рассматривали различные признаки: климат, одежда, пища, язык, религия, уровень образования, материальное благосостояние, устройство семьи, обычаи сватовства и ухаживания, и др. Результаты исследования студентов-иностранцев в одном из университетов в Англии показали, что наиболее выраженная связь уровня тревоги, беспокойства этих студентов была обнаружена с их восприятием чужого климата, пищи и религии. А увеличение у них общего количества обращений ко врачам связано с различиями в пище, уровне образования и в характере проведения досуга.

**Экзотика, душевные расстройства и информация**

Знаменитый американский социолог Олвин Тоффлер связывает ускорение перемен в условиях современного кризиса с ускорением получения новых знаний. Получение новых знаний тесно связано с нарастанием миграций населения. Бесконечные поездки воспринимаются людьми как *наркотик* (вспомним Хэмингуэя и профессора Натана), что отражается в психологической привязанности к автомобилю больше, чем к дому. Обладание автомашиной – верный способ обрести повышенную способность к перемещениям и, как следствие, обрести чувство уверенности. О. Тоффлер рассматривает психологию городского человека как резко отличающуюся от психологии человека традиционного общества – крестьянина, так как горожанин воспринимает гораздо больше новых впечатлений за какой-то определенный момент времени, т. е. воспринимает гораздо больше *информации* (или “новостей”). Информация, воспринимаемая человеком, лишь в той мере является информацией (т. е. несет в себе что-то действительно новое), в которой частички этой информации являются чужеродными, “иноземными”, другими словами – *экзотическими*.

*31*

Все перемены в обществе, нарастание информации воспринимаемой человеком пропорциональны нарастанию в этом обществе экзотических элементов, включений.*Больше экзотики – больше потенциальных наркотиков.*

Ученые уже давно обратили внимание на то, что переизбыток информации, воспринимаемой человеком (т. е. наличие “экзотики” в его жизни), является причиной усталости, беспокойства, раздражительности и, наконец, уныния или апатии. При этом человек начинает неверно воспринимать и перерабатывать последующую информацию. Это, конечно, не очень хорошо. Например, при шизофрении больному труднее, чем здоровому человеку справиться с обычной скоростью переработки информации. Ведь нормальные люди испытывают затруднения, лишь тогда, когда получают информацию со слишком большой скоростью.

В связи с этим, по-видимому, шизофрения является “неправильной” защитой человека от нарастающих потоков экзотики (т. е. информации).

**Естественная и противоестественная защиты от излишней экзотики**

Некоторые люди стараются оградить себя от излишних потоков экзотики путем изучения новых способов переработки этой информации, вырабатывают в себе психологическую устойчивость к стрессам, участвуют в различных тренингах эффективного принятия решений. Это люди в основном так называемого интеллектуального труда – программисты, бизнесмены и т. д. Такие способы защиты, следует заметить, перегружают наши интеллектуальные возможности и оставляют без работы наши чувства, душу и сердце.

*32*

Другие люди защищаются от ненужной им информации при помощи различных “заборов” или фильтров. Они включаются в различные группы, например, по интересам, по профессиональному признаку и т. п. Это могут быть такие объединения, как панки, рокеры, клубы интернета, различные секты и другие.

У таких объединений есть и определенные недостатки, например, панки в возрасте сорока лет – это уже не смешно. Это свидетельствует, в данном случае, об относительной краткости существования группы и ее физической ограниченности. Человек, включенный в подобные объединения и подчиняясь внутренним законам и ценностям, вынужден, в то же время, подчиняться и требованиям законов государства. В результате, возникает определенная психическая напряженность, беспокойство, раздражительность и т. п. Все подобные объединения являются искусственными и относительно редкими включениями в обычную общественную жизнь.

С другой стороны, существуют естественные объединения людей, способные сплачивать их, направлять их жизнь в соответствии с определенными установками. Такие объединения не нужно выдумывать. Они уже существуют, будут существовать, и их происхождение теряется в древней глубине веков.

Вот слова известного отечественного ученого Ю. В. Бромлея: “Человечество – это народы”. Каждый народ, к которому принадлежит тот или иной человек является тем объединением, которое дает людям вполне определенные ценности, жизненные правила, способы взаимодействия между собой и с представителями других народов, предания, язык и, нередко, предпочтительные виды деятельности и многое другое. В целом, в каждом народе имеются свои представления о том, что соответствует, а что нет заветам предков. Принадлежность к определенному народу объединяет все возрасты, профессии и другие особенности человека и, в то же время, позволяет каждому выбирать

*33*

из всего разнообразия экзотики то, что ему полезно и что – вредно. Другими словами – позволяет фильтровать ненужную информацию. Поэтому-то в эпоху современного кризиса так называемый “национальный вопрос” становится все более важным как для каждого человека, так и для общества в целом.

Предвидя возможные возражения о “выпячивании” значения национальной принадлежности в жизни человека, напомню мнение выдающегося американского психолога Эрика Эриксона. Он считал, что некоторые люди рассматривают себя как “людей вообще”, вне зависимости от расовых, религиозных, мировоззренческих признаков, от места проживания и других характеристик. Эриксон видит в данном случае опасность того, что человек, в один прекрасный момент начинает считать себя в праве “... причислять или не причислять остальных людей к человечеству”. Т.е., например, не причислять к человечеству людей, считающих себя принадлежащими к определенному народу по тем же расовым или религиозным признакам. Важным является то, что принадлежность к определенному народу дает человеку дополнительное чувство общности со значимыми для него людьми, чувство неразрывной связи с прошлым, и, что самое главное, – чувство преемственной связи с будущим, как своим, так и своего народа и через это со всем человечеством.

Однако опять возникает вопрос: как быть человеку, который считает себя или на самом деле является носителем смешанных признаков различных народов?

Посмотрим, как может быть связано такое “смешение” признаков различных народов у одного человека с его душевным миром, с его переживаниями, чувствами, мыслями.

*34*

**Вавилонское столпотворение “в одной голове”**

Психологи и психиатры иногда говорят: “плюрализм (т. е. “множество мнений”) в одной голове – это шизофрения”. Действительно, если человек считает, что придерживается сразу нескольких мнений, то это воспринимается как-то странно.

У меня был один пациент, страдающий шизофренией. Это был прекрасный собеседник, образованный человек, имеющий ученую степень. Мое внимание привлекли его ответы на простые вопросы. Вопрос первый: “Где бы вы хотели жить (постоянно) при наличии возможности путешествовать там, где заблагорассудится?”. Ответ был таков: “Я хотел бы иметь квартиру в Москве, дом под Москвой и домик в Африке для сафари”. Причем пациент подчеркивал, что он не хочет жить где-либо постоянно, а именно жить “то там, то там”. Меня несколько удивило такое нежелание считать какое-либо место своим постоянным местожительством. Что это: причуда вкуса или особенность мышления? Я задал ему второй вопрос: “Как вы определяете себя в области мировоззрения, верующий ли вы человек, атеист или у вас какие-либо особые взгляды на этот вопрос? Пациент ответил, что на всякий предмет или явление в жизни должен быть соответствующий взгляд. Он сказал, что когда это необходимо, он рассматривает окружающее как буддист, в иных случаях – как мусульманин, в иных – как христианин или как атеист и т. п. Другими словами, этот человек подчеркнуто не имел собственного мировоззрения и всегда исходил из “ситуации”. Действительно, “плюрализм в отдельно взятой голове” или же отражение в душе человека вавилонского столпотворения народов.

Современные люди, в особенности жители больших городов все в нарастающей степени в духовном (вера), душевном

*35*

(отношение, характер, культура) и телесном смысле становятся “смешанными” людьми, не относящимися ни к какому определенному народу. В первой половине двадцатого века американскими учеными Парком и Стоунквистом для определения таких людей (а в наше время “таких” людей уже подавляющее большинство) предложили понятие “маргинального человека”, т. е. “чужака” или “смешанного человека”. Эти авторы рассматривают такие типы “чужаков” как: а) “выскочка” (т. е. “из грязи в князи”); б) “потерявшие почву” (т. е. “перекати поле” как в известной песне “мой адрес не дом и не улица, мой адрес – Советский Союз”; в) люмпен – т. е. бродяга или человек, находящийся вне каких-то устоявшихся общественных слоев.

Как наиболее очевидный тип “чужака” Стоунквист рассматривает “расовый гибрид”. Это может быть мулат (метис белого и негра), метис белого и индейца, латиноамериканца и европейца и т. д. У такого человека, уже исходя из своего собственного внешнего вида, возникают затруднения в ответе на вопрос: “Кто я такой?”, “Белый или негр?”. В условиях скрытой или, подчас, явной расовой напряженности в США этот вопрос является весьма болезненным и связан, в целом, с неприятными переживаниями. Среди негров этот человек не вполне негр, а среди белых не вполне белый. Это очень важно. Вот пример из психотерапевтической практики в США.

Один негр довольно долго вел себя замкнуто и настороженно на психотерапевтических сеансах у психотерапевта – белого. Доверительные отношения складывались относительно медленно. Во время одного из сеансов, во время беседы психотерапевту представилась возможность высказать свои чувство сопереживания по отношению к описанному в газете случаю несправедливого отношения к какому-то негру со стороны судьи во время судебного разбирательства. Негр – пациент в тот же момент радостно воскликнул: “Я так и знал, доктор, что вы цветной!”. После этого эпизода дела у пациента пошли на поправку.

*36*

Очевидно, в данном случае, что “белый” психотерапевт не был столь уж явно “белым”, чтобы пациент – негр мог его определить с первого взгляда. Очевидно, также, что профессиональный успех психотерапевта, в данном случае, существенно зависел от неопределенности его расовой принадлежности.

Расовые гибриды, само происхождение которых ставит человека между двумя расами, своим внешним видом отличаются от обоих родителей (например, белого мужчины и индианки). Часто такие люди воспринимают вследствие воспитания в одной семье привычки, мышление и речь своих предков по обеим линиям. В силу этого для них особенно остро стоит вопрос об общественной и душевной приспособленности к жизни, об их месте в определенном обществе. Вследствие своего особого положения в обществе у людей смешанной крови развивается повышенная чувствительность к вопросу об их происхождении, что может рассматриваться и как их преимущество и как “проблема” – в зависимости от того, каково отношение к расовым проблемам в данной ситуации или в данном обществе.

Вторым типом “чужака” Стоунквист называет “культурный гибрид”. Это такой человек, который в душе переживает по меньшей мере раздвоенность веры, мировоззрения, привычек, традиций. Конечно, “расовые”, как правило, являются в то же время и “культурными гибридами”, так как возникновение смешанных по крови матерей подразумевает не только расовое смешение, но и смешение культур. Метисы являются в той же мере культурными гибридами, как и расовыми. Однако, может возникать “гибрид культур”, не являющийся “расовым гибридом”.

Например, пишет Стоунквист, индеец, родившийся в своем племени в резервации, получает образование, переезжает в Бостон и заканчивает там университет. В итоге у него в душе возникает чувство двойственности собственного происхождения – индейские родители, традиции и европейское “белое” образование. Порой ему приходится решать для

*37*

себя мучительный вопрос – отстаивать права своего индейского меньшинства или, несмотря на свой в значительной мере “индейский” внешний облик, поверить в права человека и в душе объединиться с белым большинством.

Как для “культурных”, так и для “расовых” гибридов характерно возникновение чувств неопределенности, беспокойства, смятения, ощущения потери сил. Также может снижаться интерес к жизни и возникает чувство уныния. Как видим, это все те же депрессивные симптомы. При этом, отмечает Стоунквист, повышается степень риска возникновения противозаконных действий, отклонений от общепринятого поведения, снижается сопротивляемость к болезням. У таких людей, в целом, сокращается рождаемость.

Очевидно, что люди современной цивилизации, особенно родившиеся в больших или промышленных городах – все, в той или иной степени, являются такого рода “маргиналами” или “чужаками”. Но некоторые переживают свою внутреннюю “смешанность” очень остро и это может приводить к душевным расстройствам, чаще всего к депрессиям.

Замечу, что человек может ощущать себя “чужаком” и по отношению к природно-климатическим условиям. Ведь бывают люди, которые с детства душой и телом не выносят холод, хотя сами родились в относительно северных широтах. Если для таких людей так же, как и для всех остальных существуют какие-то проблемы на работе, в семье, то для таких природно-климатических “чужаков” дополнительной трудностью в течение 4–5 холодных месяцев в году является просто нахождение на улице, вне дома.

Внутренне переживание состояния “чужака” состоит из трех этапов:

– человек еще не осознает, что расовая, культурная ли природно-климатическая “чуждость” затронула его жизнь;

– человек более или менее осознает определенную степень “чуждости” окружающему обществу;

*38*

– человек, так или иначе, приспосабливается к этому чувству.

Худшие способы этого приспособления – возникновение постоянного чувства неполноценности и вины или, наоборот, возникновение озлобленности, связанной с чувством внутреннего превосходства над другими людьми.

Лучшие способы – это нахождение новых форм взаимодействия разных рас и культур, преобразование своей “двойственности” по отношению к разным народам в свои личные преимущества, которые вызывают уважение и симпатию у представителей разных народов и культур.

Суть душевных противоречий “чужака” именно в ощущении множественности различных внутренних установок, побуждений, мнений. Это отсутствие понимания и ощущения того, что есть “я” на самом деле, а что является лишь внешним, наносным. Такой человек противоречив в своих мнениях и действиях. Вспомним теперь, много ли цельных, непротиворечивых самих себе людей вокруг нас? Не таковы ли мы сами?

**Наркотики и депрессии**

Современная наука рассматривает депрессии не только как всепоглощающее чувство безнадежности и снижение настроения, но еще шире – сюда включаются такие проявления, как скрываемый или явный отказ от пищи, или, наоборот, неутолимая прожорливость, “волчий” голод. Также сюда относятся постоянное или периодически наступающее угрюмое, злобно-раздражительное настроение, неопределенность желаний, побуждений. В картину депрессии, при определенных условиях могут включаться и такие признаки, как: жалобы на боли в сердце, в желудке и кишечнике, головную боль и другие проявления.

Выше мы уже видели, как связаны подобные проявления с изменением и взаимодействием вокруг и внутри человека признаков

*39*

“соединяющих” или “разъединяющих” его с разными народами.

*Депрессии у буддистов и у христиан*

Психиатры-буддисты считают, что в Европе люди болеют депрессиями совсем по другому, чем, например, на Цейлоне или в Бирме. Для американцев и европейцев депрессии связаны, прежде всего, с нарастающим чувством общей безнадежности. Если европейцы или американцы испытывают такое чувство, то они обращаются с соответствующими жалобами ко врачу или к психотерапевту. Для буддиста, живущего, например, в республике Шри-ланка, выражение “страдать от всепоглощающего чувства безнадежности” звучит весьма странно. С точки зрения буддизма не бывает людей, которые переживают чувство глубокой безнадежности и являются хорошими буддистами одновременно. В картине мира буддиста нет представления о чьем-то личном чувстве безнадежности. Это чувство лежит в основе мира и спасение состоит в его осознании и преодолении. Буддисты полагают, что жизнь – есть страдание и горе. Причиной страдания является желание и страсть, и что существует путь осознания и преодоления страдания и достижения конечной цели освобождения от страдания – нирваны. Человек-буддист, к примеру, в сорок лет переживающий чувство безнадежности в связи с отношениями в семье, на работе или в жизни, в целом, нравственно может оценивать себя очень высоко, – он понял смысл буддизма. Следующий его шаг – уход от мира, уединение и устремленность к нирване, как освобождению от всех земных пут. В христианстве, особенно в русском православии, всепоглощающее чувство безнадежности понимается как грех, греховное чувство уныния. Очевидно, что сходные по своим внешним признакам душевные состояния у разных народов и в разных культурах Могут оцениваться прямо противоположным образом. Интересным

*40*

примером является, также, депрессивное расстройство, называемое в Южной Азии “потеря семени” (т. е. ночные поллюции). Смешно было бы предположить, что, например, многие жители Нью-Йорка “страдают от потери семени”. Ведь если взрослый человек, принадлежащий, в целом, к европейской культуре обнаруживает у себя ночные поллюции (или обнаружил, что, как говорят, – “нарисовал на простыне слона”), то единственный вывод, к которому он может, в крайнем случае, придти, то это то, что его мужская сила еще в избытке. “Потеря семени” имеет признаки депрессивного расстройства, преимущественно, у народов буддистской культуры, где “семя” понимается как носитель “жизненной силы”, и “потеря” этой силы есть шаг к болезням и смерти.

*Наркотики и депрессии – родные братья и сестры*

Известный немецкий врач Э. Крепелин писал, что человек употребляет тот наркотик, который при длительном употреблении приводит к необратимым изменениям в психике, в определенной мере, сходными с личностью этого человека до того, как он начал прием наркотика. Крепелин приводил в качестве примера меланхолического мечтателя, углубленного в свой мир и начавшего употреблять морфий или жизнерадостного и грубоватого человека, любителя шумных компаний, пристрастившегося к выпивке.

Действительно, препараты опия (героин, морфий), а также некоторые другие вещества сходного действия на психику человека, способны снимать тревогу, подавленность, раздражительность.

Стимуляторы (кокаин, амфетамины и др.), также, являются средствами, на первый взгляд, снимающими депрессию.

Все виды наркотиков, в целом, являются средством саморазрушения человека, ведущим к смерти. Другими словами, если до начала употребления наркотиков человек иногда задумывался

*41*

о самоубийстве, то, начав принимать наркотики, он фактически начинает осуществлять свое растянутое во времени самоуничтожение.

С другой стороны, через определенное время после приема таких веществ, как кокаин и некоторых других, часто возникает острое чувство тоски, уныния с мыслями о самоубийстве. Похмелье после приема алкоголя связано с чувством неопределенного беспокойства, страхами, общей заторможенностью. “Ломка” после прекращения приема производных опия помимо депрессивных переживаний включает, также, телесные страдания (собственно “ломку”).

Мы видим, что наркотические вещества, в общем случае, являются “лекарством от депрессии”, но таким лекарством, которое во всех без исключения случаях в итоге усиливает эти депрессии, либо приводит к смерти.

**Культура, география и “понимание” наркотика**

Приведу приблизительное описание одного опыта. Двум группам людей, из которых все ранее пробовали алкоголь, испытывали в той или иной мере алкогольное опьянение, предложили следующее. Одной группе вводили внутривенно раствор алкоголя, а второй – однопроцентный раствор поваренной соли. Причем, людям из первой группы сообщили, что им вводится однопроцентный раствор соли, а людям из второй группы сообщили, что им вводится раствор алкоголя. Как вы думаете, в какой из групп подавляющее большинство испытало алкогольное опьянение, а в какой не испытало? В группе, где вводился алкоголь, испытуемые не почувствовали знакомого опьянения – у них лишь увеличилась частота пульса и изменились другие “телесные” показатели, а также немного усилилась яркость переживания собственного душевного состояния (кто был весел, тот стал чуть веселее; кто был печален стал чуть грустнее). Удивительно,

*42*

но алкогольное опьянение, как таковое, испытало большинство из той группы, которой вводили раствор соли.

В этом опыте хорошо видна роль настроя и сознания, в целом, для того, чтобы испытывать чувство опьянения, в данном случае – алкогольного. Известно, что для того, чтобы, например, получить желаемые ощущения от курения анаши, приема героина, первитина и др. часто требуется “определенное введение в курс дела” для того, чтобы “понять” конкретный наркотик. Нужен определенный настрой, психологическая и физиологическая подготовка к приему наркотика. Этому может служить, например, и прием теплой ванны, и определенная окружающая обстановка, наличие или отсутствие общества людей, определенная музыка, освещенность, даже температура воздуха.

Иначе говоря, каждый наркотик тесно связан с определенной обстановкой и внешними условиями, внутренним состоянием человека, особой культурой, которая способствует “правильному пониманию” этого наркотика.

*Виртуальный или “как бы народ”*

Помимо общих установок на получение удовольствия, потребители психостимуляторов (таких как “экстази”, фенамин, амфетамины, первитин, марихуана) предпочитают популярную музыку типа “техно”: “джангл”, “хард-кор”, “транс”, “хаус”. Такая музыка ритмична, исполняется в очень высоком темпе, очень громко. В целом, это компьютерная музыка с использованием спец-эффектов. Психостимуляторы являются “клубными” наркотиками и употребляются, как правило, в атмосфере общения.

Потребители галлюциногенов – порождающих галлюцинации (психоделиков – ЛСД, мескалин, псилоцибы или “грибы”, кетамин, некоторые сорта марихуаны) предпочитают “прогрессивный рок” (Хендрикс, Эмерсон, группа “Лэйк энд Палмер”) и “психоделический рок” (группы “Грейтфул Дед”, ранний “Пинк Флойд”, стиль “Нью Эйдж” и пр.). Эта музыка исполняется

*43*

чаще на “живых инструментах”, но иногда включаются и компьютерные спец-эффекты, как в группе “Дэд кэн данс”. Темп такой музыки гораздо ниже, она “медитативна” и способствует потребителям психоделиков “отлететь в неведомую даль”, как индивидуально, так и в компании.

Потребители опиатов – героина, морфия, морфина, опия-сырца (т.н. “черняшки”) избегают быстрой, энергичной музыки. Предпочтение отдается различным вариантам джаза (особенно типа “колд джаз”). Музыка исполняется на “живых” (не компьютерных) инструментах, в неровном, относительно медленном темпе, с некоторой навязчивостью, навевая меланхолическое, “депрессивное” настроение (музыка типа “бип-боп”, группа “ПортисХэд” и другие).

Один из моих пациентов, страдающий героиновой наркоманией, так описывал связь характера своих музыкальных вкусов и наркотика: “Знаете, для меня героин это вроде вот что: полупустая квартира, на полу беспорядочно разбросаны вещи, немного старой сломанной мебели, а в углу старый негр извлекает из разбитого рояля звуки “джаза”. Вообще, потребляющим опиаты безразлично, в компании они потребляют наркотик или индивидуально – лишь бы никто не мешал. Однако, “опиатчики” особенно не переносят “винтовых” (т. е. употребляющих первитин) за их повышенную назойливость, шумность, болтливость.

Очень редко встречаются наркоманы, увлекающиеся классической музыкой, литературой и живописью, даже, если они по своему профессиональному образованию или роду деятельности связаны с данными областями. Они предпочитают модернизм и в живописи, и в музыке, и в литературе, а также, часто и в вопросах мировоззрения и веры. Такое положение вещей объясняется тем, что среда или культура определенного наркотика, в которой живут наркоманы, определяет их принадлежность к “виртуальному” (т. е. возможному, но в действительности не существующему) народу или “как бы народу”, являющемуся искусственной,

*44*

т. е. “осколочной” средой, не имеющей естественной, живой связи с традиционными культурами России и Европы. Эта среда образована из мозаичных “осколков” культур экзотических (“чуждых”) народов – по преимуществу различных оттенков буддистских мироощущений и мировоззрений (для опиатов), шаманизма африканских и северо- и южноамериканских племен (психоделики, стимуляторы), а также, традиционных культур некоторых других народов. Объединяет эти “осколки”, прежде всего то, что они являются достаточно чуждыми для природно-климатических условий и традиционной культуры родины страдающего наркоманией. При этом, сам наркотик является достаточно экзотическим для традиционного типа питания, а подчас, и чуждым для физиологических особенностей типичных представителей народа, к которому принадлежит данный человек.

Интересно, что люди, достаточно долго употребляющие опиаты, в большинстве своем постепенно начинают отрицательно относится к холодному времени года, когда температура воздуха падает существенно ниже нуля. У потребителей психостимуляторов, психоделиков, алкоголя таких изменений в предпочтениях времен года не наблюдается. Кроме того, потребители опиатов относительно гораздо чаще не переносят холода с детства, с тех пор, как себя помнят. Нередко, можно от них услышать: “Мне нужно было родиться где-нибудь в теплых странах”. Другими словами, это можно сказать так: “Я должен был бы принадлежать к другому (экзотическому) народу”.

Кризис в современном мире проявляется, в частности, в том, что человек затрудняется или не в состоянии ответить на вопрос: “К какому народу я принадлежу?”. Когда я проводил исследования в низовьях реки Колымы, где живут такие коренные народы как юкагиры, чукчи, эвены, якуты, потомки русских казаков, приплывших в эти места в семнадцатом веке, я предлагал им на их усмотрение закончить следующее предложение: “Человек без национальности ...”.

*45*

Одна часть опрошенных закончила это предложение так: “Человек без национальности – нормальный человек”. Другая часть ответила так: “Человек без национальности – не человек”. Довольно решительно, не правда ли? Те, кто ответил: “... нормальный человек” оказались гораздо более тревожными, для них было характерно выраженное чувство беспокойства, напряженности. Похоже, что представление о “человеке без национальности” связано с определенными затруднениями в его понимании. Действительно, это представление можно сравнить с представлением о том, что деревья: ель, сосна, береза – есть, а леса – нет, но есть просто мир растений – ромашки, дубы, водоросли, плесень – все в одной куче, без промежуточных видов, подвидов, семейств и т. д. Вследствие такого рода особенностей мировоззрения, люди, в особенности молодые, начинают искать опору и относить себя уже не к древним, естественно сложившимся народам, а лишь к определенным общественным группам, образовавшимся в результате тех или иных внешних влияний и противопоставляющих себя тому, что либо в культурном, либо в природно-биологическом отношении связано с местом их рождения и проживания. Конечно, для того, чтобы принадлежать к таким виртуальным или “как бы народам”, нужно постоянно отстаивать свою самостоятельность и независимость от нравственных устоев и правил общежития остального общества. Наркотические вещества, сопутствующие образу жизни различных “как бы народов” при приеме внутрь заставляют потребляющего их уже отстаивать целостность своего организма от биологического воздействия наркотиков. Такая душевная и телесная борьба с чужеродными влияниями как изнутри, так и снаружи связана с огромными затратами душевных и телесных сил и, естественно, ослабляет человека во всех отношениях, открывая широкие ворота различным заразным, внутренним и, в прежде всего, душевным болезням. Современная жизнь характеризуется

*46*

всепроникающим влиянием на человека различных, экзотических для него воздействий – и это уже приобрело характер эпидемии.

*Всегда ли полезно съездить на Багамы?*

Могут спросить, почему же путешествия или новые впечатления, почерпнутые человеком из видеофильмов и литературы (о тех же путешествиях из религиозно-философских книг) могут вызвать переживание чувства прилива сил или избавить его от имевшегося чувства беспокойства, или снижения интереса к жизни. Дело в том, что внедрение в душу человека чужеродных “осколков” впечатлений, мировоззрений, даже веществ (например, наркотиков) поначалу требует дополнительных сил для того, чтобы переработать эти впечатления. Прилив сил, источником которых является неприкосновенный запас самого человека и вызывает, в ряде случаев, ощущение душевного подъема, легкости. Но, если этот запас сил существенно израсходован, а чужеродные влияния требуют новых усилий для своего “подключения” к человеку, такое требование резко ослабляет его, приводит к душевному упадку, возникновения чувства беспокойства, уныния и других проявлений. Поэтому может получиться так, что человек съездил на Багамы в отпуск и вернулся с зарядом энергии, и окрыленным новыми впечатлениями. А другой, вернувшись из такого же путешествия, почувствовал себя разбитым, уставшим от жары и с гастритом от экзотической пищи и плохого сна. Кто-то после прочтения одной-двух книг по шаманству испытал возросший интерес к тайнам лечения и общения с миром духов, что усилило его познавательную деятельность, в целом. Другой, после прочтения тех же книг погрузился в мир шаманизма с головой; соответствующий интерес превратился в навязчивую идею и заместил собою другие интересы. Все окружающее не связанное с новым увлечением данного человека, стало каким-то тусклым и отошло на второй план, в том числе, семья, работа – возникли определенные проблемы в общении и пр.

*47*

В связи со сказанным, вопрос о пользе путешествия на Багамы следует решать для каждого человека отдельно. При этом возможны, например, следующие ответы: 1. На Багамы для вас съездить полезно. 2. Гораздо полезнее было бы съездить на Белое море в районе Архангельска. 3. Лучше всего остаться дома и никуда не ездить. 4. Желательно съездить в путешествие по горному Алтаю и так далее. В последующих разделах я пытаюсь показать, от чего зависят эти ответы и почему они могут быть столь разными.

**Экзотические интересы и психические расстройства: что говорят факты**

*А что, если питаться бананами и жить во Флориде?*

В целом, исследования некоторых народов России показали, что, например, если человек родился в определенных природных условиях, но предпочел бы жить в других условиях (в более теплом климате, у моря или среди лесов и т. п.), то у такого человека, как правило повышается уровень тревоги, беспокойства. Также, значительно чаще встречаются некоторые внутренние болезни – гастриты, гипертония и различные аллергии. Повышенный уровень тревоги (как “страх перед будущим”) присущ, также, людям, которые предпочитают продукты питания, не свойственные для данной области. Например, если человек родился в тундре, где основное традиционное питание составляет рыба, оленина, дичь, ягоды, но предпочитает употреблять в пищу, привозимые с Большой Земли, томаты, свинину, картофель, апельсины и др. Также, уровень тревоги повышается, если человек начинает проявлять постоянный интерес к каким-либо экзотическим для данной области религиям или мировоззрениям.

Усиление чувства тревоги, общего душевного беспокойства является первым признаком того, что перед человеком возникает необходимость

*48*

приспосабливаться к чему-то новому, неизвестному, проникшему в его душу или тело “осколком” чуждых культур или веществ. Тревога, как бы, говорит человеку: “Соберись с силами, сейчас будет работа”. Начинается работа ума и чувств, “работа переживания”, которая приспосабливает эти новые “осколки” к врожденным особенностям человека или к его привычному образу жизни. Последствия слишком большой затраты сил могут ослабить человека как душевно, так и телесно. Упадок сил, в свою очередь, приводит к болезням – заразным, внутренним, а также к душевным расстройствам.

Отношение к природным условиям, в целом, имеет основное значение для душевного самочувствия человека, его удовлетворенностью жизнью и т. п.

Исследования показали, что люди отрицательно относящиеся к природным условиям той местности, где они родились, проявляют в большинстве своем, следующие особенности. Во-первых, они, как правило, не удовлетворены жизнью в целом. Во-вторых, у них преобладают такие душевные состояния, как тревога, беспокойство, неопределенный страх перед будущим. В-третьих, они чаще не удовлетворены своими взаимоотношениями в семье. И в-четвертых, среди таких людей преобладает неудовлетворенность своим профессиональным ростом на работе, а также проявляется недовольство своими взаимоотношениями с сотрудниками, с товарищами по совместной работе и в деятельности, в целом.

Как видим, прослеживается вполне определенная внутренняя связь между отвержением родных для данного человека природных условий и его способностью душевно (психически) приспосабливаться к различным внешним условиям (преимущественно в таких важнейших областях нашей внешней среды как общение и профессиональная деятельность – в семье, на работе, в любой деятельности).

*Когда пришли уныние, тоска, смятение души*

У людей, страдающих депрессиями, эти заболевания протекают по-разному. У одних депрессии обусловлены более или

*49*

менее понятными причинами, протекают относительно легко и через какое-то время проходят. У других эти заболевания время от времени проявляются в течение всей жизни и их проявления могут усугубляться даже без видимых причин. Бывают, также, депрессии, которые входят в состав все нарастающего душевного расстройства, приводящего к необратимым изменениям в способности человека чувствовать, ощущать что-либо в окружающем мире или в собственной душе, к необратимым изменениям способности правильно понимать смысл событий или человеческих взаимоотношений. Понятно, что последний тип депрессии является по своим последствиям самым тяжелым для человека, а первый – самым легким.

Удалось установить, что по мере нарастания тяжести последствий от этих душевных расстройств для многих людей нарастало и количество их предпочтений в качестве постоянного места жительства – экзотических природных условий, в питании – предпочтения экзотических продуктов (киви, бананы), в выборе супруга внешний облик предпочитался более отличающийся от собственного (особенно различался выбор цвета глаз), а в области мировоззрения или веры гораздо чаще обнаруживались экзотические, “особые” отношения к самым общим вопросам, касающихся смысла всей жизни человека. Даже в детском возрасте (7–11 лет) дети с различными нарушениями поведения и с расстройствами, связанными с проявлением своих чувств, как ни странно, тоже хотели бы жить в “теплых краях”, “на острове”, “в горах” и т. п. (исследовались дети родившиеся в Москве).

*Вино, опий и экзотика*

Люди, родившиеся и живущие в средней полосе России и зависимые от употребления винно-водочной продукции, как правило, предпочитают для постоянного места жительства свои родные природные условия, в питании предпочитают продукты, свойственные данной местности, а в области мировоззрения,

*50*

это обычно, люди более или менее православной направленности взглядов и чувств. Те же, кто зависим от употребления опия и его производных (“черняшка”, морфий, героин) как правило, предпочитают для постоянного места жительства более теплые края, экзотические природные условия, часто на берегу моря или океана. В питании они чаще предпочитают те же экзотические продукты, а в области мировоззрения их взгляды более склонны к определенной необычности и экзотике.

Предпочтение человеком экзотической природы, питания и мировоззрения определяют его внутреннюю, душевную направленность на “чуждую” жизнь. Используя сравнение можно сказать, что такой человек как бы хотел родиться среди какого-то другого народа, хотел бы принадлежать к другому народу. Его внутренне душевное состояние можно описать известными словами – там хорошо, где нас нет. Это состояние как-то связано с употреблением чуждого для культуры нашей страны вещества – опия. Но это состояние, как правило, отсутствует при болезненной зависимости от вина, отнюдь не чуждого для нашей жизни и даже включенного в христианское таинство евхаристии как символ крови Христа, принявшего во искупление человеческих грехов крестные муки. Экзотическая направленность мыслей и чувств человека, также, внутренне связана с наиболее тяжелым по своим последствиям протеканием болезненных переживаний, беспокойства, страха перед будущим, тоски и печали, уныния и упадка сил. Можно сказать, что под влиянием чуждых “осколков” душа такого человека тянется к чуждым и далеким от места своего рождения на Земле странам и народам.

*51*

**Подсознание страдающих от наркотиков**

Известно, что в большинстве своем лечиться хотят именно наркоманы, потребляющие опий и его производные, а также, довольно часто – люди, страдающие от злоупотребления вином, водкой или пивом. Гораздо реже к помощи врача обращаются зависимые от кокаина, амфетаминов, первитина и галлюциногенов.

Если страдающий от наркотиков сказал: “Я хочу лечиться”, то это вовсе не значит, что он теперь действительно будет лечиться. Стоит только встретить “старых друзей” или пережить какую-нибудь, пусть даже совсем незначительную неприятность, как желание принять наркотик возникает вновь. Это не означает, конечно, что этот человек сознательно обманывает окружающих относительно своих намерений. Чаще всего человек обманывает в таких случаях и себя и других, т. е. делает это бессознательно. Но, все же, это ложь. Среди тех, кому по тем или иным причинам приходится обращаться с наркоманами, известна несколько циничная поговорка: “Наркоман вошел в дверь, сказал “здравствуйте” – и соврал”. Другими словами, ложь, как влага, пропитывает всю жизнь страдающего зависимостью от наркотиков. Очевидно, что область бессознательных чувств и представлений людей, страдающих от наркотических веществ, является очень важной для понимания того, что происходит с самим наркоманом.

Как же заглянуть в подсознание? Столбовой дорогой в бессознательное человека является гипноз. Даже незначительное по глубине погружение в это состояние, при котором человек прекрасно осознает то, что с ним происходит и помнит все пережитое после выхода из этого состояния, – даже такое погружение дает возможность обнаружить весьма впечатляющие явления.

*52*

Приведу, далее, примеры, представляющие собой запись психотерапевтических сеансов со страдающими различными видами наркомании и алкоголизма. Эти примеры приведены в сравнении, что дает довольно ясное представление об огромном различии психологических смыслов приема того или иного наркотика.

Пример 1. Сергей Д., 23 года, поступил в клинику героиновой наркомании. В течение трех лет он употреблял героин с помощью уколов в вену.

Сам Сергей, русский по национальности и родившийся в Москве, отдавал предпочтение среднерусской природе. В пище предпочитал картофель, свинину, яблоки. Однако, будучи крещеным и считая себя православным, он не считал нужным вести образ жизни, хотя бы в малой степени соответствующий его убеждениям: молитв не знал, не исповедовался, церковь посещал редко, а при посещениях испытывал чувство смущения.

1 сеанс (погружения в относительно бессознательное состояние посредством расслабления всех мышц).

В этом состоянии перед внутренним взором Сергея возник образ карельской природы: озеро, огромный камень на берегу, сосны. При этом он испытывал такие чувства как “трепетание”, тоска, страх, “зависть к счастью”, стремление полностью погрузиться в этот образ природы, связанный с чувством счастья.

Казалось бы, Москва и Карелия не слишком далеки друг от друга, однако все же есть различие между среднерусской природой и особой “каменно-озерной” карельской природой. То, что Сергей предпочитал “наяву” резко отличалось от того предпочтения, которое он самопроизвольно проявил во время “погружения” по отношению к карельской природе. Это различие в предпочтениях было связано с чувством тоски и тревоги, на фоне предчувствия счастья.

*53*

2 сеанс. Мы обсудили с Сергеем все глубокие радостные чувства, связанные с переживанием отношения к любимому образу природы.

3 сеанс. Сергею, находящемуся в состоянии погружения я предложил представить образ молящегося человека. Он представил старообрядческий скит и старика в молитве. Я предложил пациенту “проникнуть” в душу старика, “почувствовать его”, но это не удалось (по ощущению самого Сергея).

Во время этих попыток Сергей испытал чувства страха и ненависти к своей “внутренней пустоте”, неприязнь к самому себе. Также, Сергей испытал чувство радости за этого старика, радости за то, что “я отошел от него и не разрушил его своей пустотой”; мелькнула мысль: “Этот старик есть во мне”.

4 сеанс. Совместное обсуждение переживаний и чувств, возникших у пациента во время предыдущего сеанса.

5 сеанс. Я предложил Сергею в состоянии погружения представить образ будущего храма и молящегося монаха в тропической стране. При попытках понять душевное состояние монаха он испытал смешанное чувство тревоги и интереса.

Следующим предложенным образом были скит и старик из третьего сеанса. На этот раз Сергей испытал чувство “сверхбезмятежности”, доброту в душе.

6 сеанс. Сергею было предложено прослушать в состоянии погружения старообрядческий духовный стих (пение под гусли) о том, что человек – это гость в нашем мире. Этот стих исполнялся с точки зрения уже умершего человека, поющего о том, что он “уже дома”, а остальные люди еще “в гостях”, т. е. еще живут на Земле. У Сергея, при прослушивании этого стиха, возникли чувства беспомощности, подавленности и, при этом, чувства любви, спокойствия, уравновешенности. Сам он после выхода из состояния погружения оценил эти чувства как “лучшие, чем веселость”.

7 сеанс. Сергею, находящемуся в состоянии погружения, я дал прослушать запись игры на древнем священном

*54*

инструменте, на котором в особых случаях играли мужчины-крестьяне в Белгородской области. Этот инструмент называется “калюка” и имеет совершенно особое, странно-дикое для нашего слуха звучание. При прослушивании у Сергея возник образ пустыни, сопряженный с переживанием чувства неуверенности. При этом он неожиданно для себя вспомнил образ озера с огромным камнем на берегу, связанный с прямо противоположным переживанием – с чувством уверенности.

8 сеанс. Обсуждение переживаний из седьмого сеанса. У Сергея, по его утверждению, изменилось отношение к своей вере и нравственности в сторону более прочувствованного и осмысленного.

9 сеанс. Проработка отношения Сергеем к наркотику – так называемая “иммунизация” или “провокация”.

В состоянии погружения он представил свой любимый образ природы – лес, камень, озеро. Сопутствующие чувства – спокойствие, ощущение того, что вокруг настоящее и, что это “мое настоящее “Я”.

Затем, по моему предложению, Сергей уходит от своего любимого образа природы (при этом возникают чувства тоски и тревоги). Он приходит в большой город (при этом – чувство тоски, грусти). По-прежнему, находясь в состоянии погружения, он делает себе воображаемый укол героина. Сергей ощутил нечто вроде “прихода” (на языке употребляющих наркотики это означает определенные телесные ощущения, вроде “накатывающей волны” и т. д., испытываемые человеком непосредственно после укола). По его словам, этот “приход” был “каким-то смазанным”. Ему запомнилось в основном то, что непосредственно перед уколом, во время него, а также после укола вместо ожидаемого “кайфа” пациент испытал чувство страха, отвращения, затем, чувство отчуждения, одиночество и “ощущения какой-то незримой сферы вокруг меня”.

*55*

В этом “вмазанном” (что на языке наркоманов означает “после приема наркотика”) состоянии Сергей мысленно опять возвращается в лес, к озеру. Вот его описание своих переживаний: “Я чувствую себя лишним здесь, ничего вокруг не воспринимаю. Чувствую усталость “от жизни”, какую-то пустоту внутри, одиночество. Все краски леса стали блеклыми, приобрели серый цвет. Возникло чувство того, что все вокруг – мираж, нереально”.

После “иммунизации”, проведенной во время девятого сеанса, Сергей в течение двух суток отмечал у себя пониженное настроение, постоянное чувство подавленности.

10 сеанс. К этому сеансу у Сергея сохранился еще некоторый след тягостных переживаний, вызванный “иммунизацией” во время девятого сеанса.

В состоянии погружения я предложил ему вновь вернуться на знакомое лесное озеро. При этом Сергей, по моему предложению, общается с лешим и с водяным. Общение с водяным сильно затронуло его, при этом, возникли чувства тревоги и страха. После этих переживаний Сергей неожиданно для себя встречает на лесной тропинке знакомых наркоманов. Общаясь с ними, он испытывает чувство своего превосходства, чувство радости и уверенность в себе.

После выхода из состояния погружения Сергей испытывал уже ровное, уверенное чувство. Он сказал мне в этот момент: “Вы знаете, после того, что я пережил во время встречи с водяным, мне кажется, что никакие наркотики мне уже не страшны”.

После проведения двадцати психотерапевтических сеансов Сергей в течение восемнадцати месяцев не употреблял наркотики, после чего у него произошел единственный срыв. Он сделал себе один (возможно несколько) укол героина. После этого он опять, в течение длительного времени не употреблял наркотики (далее, я просто не имел от Сергея никаких сведений). В течение всего времени, пока мы проводили с ним такие сеансы, лекарственная

*56*

поддержка в клинике проводилась в первое время для снятия “ломок” и “кумара” (т. е. очень неприятных телесных ощущений и душевных состояний после прекращения приема наркотиков), а затем – для борьбы с нарушением сна. После того как сон наладился, лекарства вообще были отменены.

В приведенном случае лечения зависимости от героина обращает на себя внимание то, что сам Сергей чувство победы над наркотиком впервые пережил, как это для нас ни странно, после переживания чувства сильного страха и тревоги от общения с олицетворением в древнеславянских преданиях и сказках стихии Воды – “Водяным”. Нужно отметить, что переломы в отношении к наркотику я наблюдал у страдающих от наркотиков не только после общения с духом стихии Воды, но и стихии Земли (как матери всех людей – живых и мертвых) – погружение в пещеру, в могилу и т. д. Также, это явление наблюдалось при общении со стихией Огня (дух Огня – Жар-птица) и стихией Воздуха (духи, обитающие в воздухе – души предков, а также, различные злые и добрые духи).

Кроме того, “переломные” переживания, довольно часто наступали и при переживании христианского смысла той или иной стихии. Например, Земля здесь предстает как Богородица, Вода – святая Параскева-пятница, Огонь – Илья-пророк, воздух – Дух Святой. Речь идет об ощущениях, чувствах, мыслях, представлениях, самопроизвольно возникающих у пациента в процессе психотерапевтического погружения при “общении” с соответствующими христианским образами.

Я полагаю, что все случаи, когда страдающие от наркотиков испытывали определенное изменение своего отношения к этим веществам, связаны с определенным восстановлением собственных связей с окружающим миром, – как материальным миром, так и с его духовной стороной. Ведь, зачастую, во время наших психотерапевтических сеансов они впервые имели возможность задуматься и прочувствовать свои нарушенные связи с окружающим миром с духовной

*57*

основой живой природы и, тем самым, вдохнуть в эти связи новую жизнь.

Конечно, те предания, сказки или религиозные представления, которые используются для работы в психотерапевтических погружениях, будут сильно различаться от того, откуда родом конкретный человек, злоупотребляющий наркотиками. Например, если это азербайджанец, родившийся в горах Закавказья, то это требует от психолога или врача хорошего знания не только законов шариата, но и народных обычаев и преданий той области, где родился и какое-то время жил данный человек.

Второе важнейшее явление, наблюдаемое в описанных сеансах это то, что при воображаемом введении героина человек испытывает исключительно отрицательные переживания – страх, подавленность, тревогу. Меняется даже восприятие окружающей природы, религиозных ценностей. Как правило, все вокруг начинает представляться либо темным, либо одноцветным (например: “все стало красным: и вода, и листья, и небо”), становится холоднее. Иногда поднимается ветер, иногда все остается без изменений, но на душе становится тревожно, тоскливо, ощущается упадок сил. Все перечисленные переживания относятся, как мы видим, к депрессивным.

Странно, не правда ли? Употребление наркотика, пусть даже воображаемое (в состоянии погружения), должно, казалось бы, по крайней мере напомнить состояния “кайфа” или какие-то относительно приятные переживания. Ан, нет. Врачи-наркологи, даже весьма опытные предположили, что это связано с тем, что данные пациенты уже настроились на выздоровление и поэтому наркотик им уже неприятен.

Однако, это предположение оказалось неверным. Вот пример, показывающий, что испытывает человек, страдающий первитиновой наркоманией и настроенный “завязать со всем этим”.

Пример 2. Владимир, 30 лет, поступил в клинику с диагнозом “первитиновая наркомания”. Володя родился в Москве. В

*58*

области мировоззрения считает себя православным, но, также, убежден в том, что “молиться можно в любом храме – буддистском, мусульманском” (отмечу, что с точки зрения православия – это недопустимо). Наиболее предпочтительный образ природы – среднерусский лес, речка. Предпочитаемые продукты питания – картофель, мясо (говядина). Считает себя по национальности ассирийцем. В беседах с удовольствием касается ассирийской истории и преданий.

1 сеанс. В состоянии психотерапевтического погружения у Владимира перед внутренним взором самопроизвольно возник образ “движущихся в пустыне скал”, то сближающихся, то удаляющихся друг от друга (по правде говоря, когда он рассказывал мне это, у меня возникло несколько жутковатое чувство). Однако, Володя при этом, переживал хорошее чувство. По его словам, “скалы были “добрые”. Он испытывал, также, интерес, было хорошее настроение.

5 сеанс. В состоянии погружения была проведена “иммунизация”. При этом после укола Володя испытал приятное чувство прилива сил, новых надежд, у него возникли “новые планы” по работе и на жизнь в целом.

6 сеанс. Обсуждение переживаний испытанных на пятом сеансе. Настроение у Володи во время этой беседы было пониженное и резко отличалось от того приподнятого ощущения, которое он испытывал во время психотерапевтического погружения на пятом сеансе. На этот раз он довольно мрачно определил: “Это зло, это от дьявола, мешает правдиво воспринимать жизнь и все окружающие”.

То, что было описано на примере Владимира является правилом для злоупотребляющих стимуляторами, галлюциногенами, алкоголем. Именно после воображаемого приема этих веществ такие люди испытывают прилив сил, улучшение настроения и т. п.

При воображаемом приеме опия и его производных пациенты уже во время самого погружения всегда испытывают

*59*

отрицательные чувства (депрессию). После выхода из состояния погружения они через более или менее краткое время испытывают сначала некоторую угнетенность, а, затем, подъем настроения или прилив сил (иногда это происходит непосредственно по выходе из погружения).

Чем же объяснить такое различие? Все народы происходят из более или менее различных природных условий, каждый имеет свою вполне определенную культуру, обычаи. Представители каждого народа или их объединений имеют определенный внешний вид или биологические особенности, предпочитаемые продукты питания и др. Все материальные и духовные частицы каждого народа представляют собой единство, целостность. Если в определенной культуре, например, в некоторых буддистских странах, принято употреблять опий (в виде курения или в пище), то у соответствующих народов имеются “культурные и биологические” защиты от разрушающего действия наркотика на организм человека. “Культурная защита”, как я уже говорил, вплетает употребление наркотика в быт, уклад, традиции народа, создавая своеобразную общественную нишу для тех, кто употребляет данный наркотик. При этом возможно “употребление без злоупотребления”, в частности, опия. Состояние, которое дает человеку употребление опия, является, в целом, пассивно-созерцательным и вполне приемлемо в буддистской культуре, имея известное сходство с нирваной, как высшим состоянием человека в буддистском смысле. Для внешнего описания этого состояния существенным является отрицание мира, понимание того, что любые желания и деятельность в мире бессмысленны, чувство безнадежности любых устремлений человека, направленных на внешнюю деятельность.

Все мы по своим основным жизненным ценностям являемся христианами, даже в тех случаях, если считаем себя убежденными коммунистами или атеистами. Это связано с

*60*

тем, что даже “моральный кодекс строителя коммунизма” в своей основе исходит именно из христианских ценностей. В христианстве вообще и, особенно, в православии уход от жизни, отсутствие стремления что-либо изменить в этой жизни и, тем более, чувство безнадежности по отношению к возможности таких изменений является грехом и называется “грехом уныния”. Когда человек принимает опий, то у него возникает соответствующее состояние опийного опьянения (как полный внутренний уход от жизни). И это состояние приходит в противоречие со всей душой человека, его личностью, взращенной на наших ценностях и на нашей земле.

Могут спросить, откуда же этот “кайф” испытываемый людьми, особенно в первое время употребления опия? Кто достаточно долго общался с наркоманами или сам употреблял или употребляет препараты опия, тот знает, что наркотик нужно еще “понять”, нужно, чтобы кто-то объяснил как лучше “поймать кайф”, что нужна определенная обстановка или условия для такого понимания.

Почему же тогда во время психотерапевтического погружения, когда наркоман делает себе воображаемый укол героина, он испытывает лишь отрицательные “депрессивные” чувства? Дело в том, что во время такого погружения человек в определенной степени ослабляет свои связи с внешним миром – с теми условиями, с той средой, в которую встроен наркотик (опий). Поэтому после воображаемого укола человек сталкивается с относительно “чистыми” психическими состояниями, которые производят опиаты, без смягчающей “подушки” чужих мнений, впечатлений от чьих-то рассказов, от “героиновой” музыки и т. д. И тогда человек без всяких прикрас наблюдает, чувствует и ощущает, как чуждые для него состояния пытаются проникнуть в его душу.

Наверное, нельзя описать состояние нирваны, нельзя нам понять состояние души молящегося буддистского монаха, но

*61*

можно почувствовать – для русского, немца, армянина, украинца и других – как страдает душа, ее страх, тоску, бессилие в попытках взаимодействовать с этим “опийным” состоянием, в попытках “встроить” это новое состояние в собственную жизнь.

Ну, а стимуляторы – кокаин, первитин, токсические вещества, галлюциногены? Почему они дают ощущение прилива сил при воображаемом приеме наркотика даже в состоянии психотерапевтического погружения? Дело в том, что если при приеме препаратов опия в определенной мере происходит “*выключение*” человека из культуры и даже биологических условий развития и существования собственного народа, то при приеме психостимуляторов и галлюциногенов происходит “*сверхвключение*” в собственную культуру, за счет использования наркотиком “неприкосновенного запаса” сил человека. Расплатой за это является упадок душевных сил, подавленность, уныние. “Кокаиновая эпидемия” широко распространена на Западе (особенно в США) среди работников шоу-бизнеса, части бизнесменов. Ведь идеал западной протестантской культуры – это “активность, эффективность, продуктивность”. Этот идеал, по мере “демократизации” России в настоящее время изрядно перекочевал и в нашу страну. Однако, кокаин дорог, первитин (или “винт”) относительно дешев, но идеалы западного общества коснулись и наших беднейших слоев населения. Когда дети из семей бывших токарей, инженеров, водителей троллейбусов теряют интерес к учебе и устремляются в “большую жизнь” им часто не хватает не только душевных и физических сил из-за плохого питания, но и профессиональных навыков, умений, приобретение которых стоит больших денег. Тогда “на помощь” приходят дешевые токсические стимуляторы: бензин, ацетон, толуол, клей “Момент” и др. Приведу пример такой токсикомании.

Пример 3. Алексей, 24 года, родился в Сибири. Учился в столичном вузе с огромным напряжением своих сил и денежных возможностей

*62*

семьи. Поступил в клинику с диагнозом “токсикомания”. С семи лет два или три раза в неделю вдыхал пары клея “Момент”. Очень любит свою родную сибирскую природу. В области мировоззрения чувствует себя неуверенно, “...некрещеный, в Иисуса не верю, нет определенности в области веры”.

1 сеанс. В состоянии психотерапевтического погружения у Алексея самопроизвольно возник образ природы – сосновый лес на краю небольшого сибирского городка (т. е. в одном случае осознанные и неосознанные предпочтения образа природы у Алексея совпадают – любовь к сибирской природе). Чувства, сопровождающие этот образ – печаль о лесе, который “исчезает”, любовь к лесу вообще; чувство неприязни к людям, которые уничтожают лес, тоска по родной земле.

4 сеанс. Я предложил Алексею, находящемуся в состоянии психотерапевтического погружения представить образ любимого леса. Алексей испытал, при этом, по его словам, “скучноватые” чувства.

Далее была проведена “иммунизация”. В состоянии погружения Алексей “вдыхал” воображаемый клей “Момент”. Он испытывал, при этом, светлые чувства (“как коммунизм”), чувства “радостные, как в детстве”, чувство свободы, “ощущение способности предвидеть будущее”.

После “токсического сеанса” Алексей мысленно вернулся в лес. У него “продолжалось чувство того, что можно мыслить, что-то развивать; возникло чувство радости от ощущения, что “отходишь от реальной жизни”.

7 сеанс. Осознание последствий употребления клея для жизни. При обсуждении своих переживаний с психотерапевтом Алексей удрученно заметил: “когда нюхаешь клей, это отрывает от жизни, от девушек и от этого возникает печаль”.

Отношение к вину, водке или пиву часто (при воображаемом употреблении или воспоминаниях), помимо какого-то подъема сил или обострения ощущений и чувств у злоупотребляющих алкоголем часто связано с чувством “умиления”, “сладостности”.

*63*

Это явление наблюдается у тех из них, кто в той или иной мере является или считает себя православным. Приведу пример психотерапевтического погружения человека, злоупотребляющего водкой и пивом.

Пример 4. Михаил, уроженец Подмосковья, 36 лет, русский. В клинику поступил с диагнозом “алкоголизм”. Злоупотреблял водкой в течение шести лет. Любит русскую природу – леса, поля, реки. Считает себя православным, но в церковь не ходит, молитв не знает. Крестился два года назад по собственной инициативе. На момент поступления в клинику находился в состоянии ссоры с женой, которая пригрозила ему разводом из-за его частых запоев.

1 сеанс. Находящемуся в состоянии психотерапевтического погружения Михаилу, было предложено представить образ природы: лес, ручей, луга. При этом, он испытывал светлые чувства – радость, умиротворение.

4 сеанс. Проведение “иммунизации” в состоянии психотерапевтического погружения. Я предложил Михаилу представить ситуацию – выпивку в гостях (около бутылки водки). После воображаемой выпивки он почувствовал радость, желание, поговорить с женой и уладить семейные неурядицы. Настроение стало хорошим “умильным” – в связи с желанием общаться с женой.

Несмотря на приятные переживания во время погружения при обсуждении возможности употребления водки “наяву” у Михаила возникли чувства тревоги и тоски. Он сказал мне при этом – “жена ругается... мучается она со мной”. Мотив необходимости выхода из алкогольной зависимости (тоска, тревога) у него появился только при осознании своих отношений с окружающими людьми.

*“Краевая” и “ядерная” наркомании*

Во всех примерах, приведенных в предыдущем разделе отношение человека к тем или иным образам природы как “наяву”,

*64*

так и в состоянии психотерапевтического погружения почти совпадало. Сознательно избираемые в беседе и “избираемые сердцем” в состоянии погружения образы различались лишь незначительно и соответствовали родной природе этих пациентов. Это наблюдается в девяносто пяти случаях из ста. А вот у пяти человек из ста картина уже иная. Приведу пример психотерапии героиновой наркомании из последней группы.

Пример 5. Константин, 17 лет, родился и проживает в Москве. В клинику поступил с диагнозом “героиновая наркомания”.

Мать Кости – русская (по самоопределению), родом из средней полосы России, с детства не переносит холод. По вероисповеданию – православная. Отец – еврей (по самоопределению), родом из Молдавии, атеист. Сам Константин, несмотря на то, что его мать русская, считает себя евреем и иудеем по вероисповеданию. Он, также как и его мать не переносит холод и предпочитает для постоянного места жительства теплые края на берегу моря. У мальчика весьма напряженное отношение к религии, так, например, по рассказу матери, во время туристической поездки в Иерусалим отец и мать посетили православный храм. Мальчик, шедший до этого времени вместе с ними, наотрез отказался войти внутрь и остался ждать снаружи. Кроме того, когда Константин пришел ко мне на прием в первый раз, мне показалось, что он как-то весь съежился и время от времени бросал напряженный взгляд на образ святого отца Серафима Саровского, висевший на противоположной от Кости стене.

1 сеанс. В состоянии психотерапевтического погружения у Кости самопроизвольно возникает образ природы – берег теплого моря под полуденным солнцем, пустынная, холмистая местность с редкими рощами лиственных деревьев, легкий ветерок с моря. При этом он испытал чувство легкости на душе и в движениях, чувство спокойной уверенности, ощущение *прилива сил*. После выхода из состояния погружения у Кости возникло спокойное “обыденное” состояние ничем не отличающееся, по его словам, от его душевного состояния до начала погружения.

*65*

2 сеанс. Я предложил Косте, находящемуся в состоянии погружения представить образ среднерусской природы – еловый лес и зеленый луг на берегу небольшой речки. В связи с этим образом у Кости возникло чувство тревоги, неприязни и “легкого пренебрежения”. Он ощутил “некоторую скованность в душе”. После выхода из состояния психотерапевтического погружения у Кости возникло “чувство расслабления на душе, ушла скука и вялость, которые были до начала погружения”. При этом усилился интерес к процессу психотерапии.

Далее, Косте было предложено представить в состоянии психотерапевтического погружения образ зимнего поля и леса на околице, заснеженной деревеньки в ясный морозный день. В связи с восприятием этого образа природы он испытал неприятное усиление чувства тревоги и чувство неприязни к окружающему. У Кости, непосредственно после “навязанного” мною образа, самопроизвольно возник образ холмистой местности на берегу теплого моря. По его словам, у него возникло “чувство чуждости” и “чувство инаковости” по отношению к образу зимней природы.

3 сеанс. В состоянии погружения Косте был предложен образ – теплое море, горы, лиственные рощи на склонах; у подножия гор, в роще расположен храм (связь этого храма с определенной религией я не уточнял). В связи с этим образом природы у Кости возникло чувство уверенности, *прилива сил*; возникло чувство свежести. По отношению к храму возникли “приятные чувства озадаченности и вечности”, чувство “ошеломленности” и *прилива сил*. По выходу из состояния погружения Костя отметил, что “ушли скука и утомление”, возникло приятное чувство уверенности.

Когда после погружения я спросил его, что это был за храм, он ответил: “Я не знаю”.

4 сеанс. Я предложил Косте представить в состоянии погружения образ иудейского храма – синагоги из камня, находящейся на берегу моря, на фоне холмистого берега,

*66*

покрытого лиственными рощами. Потом ему было предложено представить деревянный православный храм, находящийся на прогалине елового леса у небольшой речки.

После выхода из погружения Костя рассказал, что по отношению к иудейскому храму (также внутри него) он испытал чувство тревоги (“все ли удастся запомнить!”), “чувство вечности и единства”, “легкую боязнь вечного”, чувство “сосредоточенности на чем-то важном”. При входе в православный храм Костя испытал чувство интереса, чувство “таинственности” и, вместе с тем, чувство *печали и тоски*.

Выйдя из состояния психотерапевтического погружения Костя отметил, что у него возникло “чувство сосредоточенности”, поднялось настроение, и он ощутил прилив сил!

5 сеанс. Психотерапевтическая проработка отношения к душевному состоянию, вызываемого героином (т.н. “иммунизация”).

а) я предложил Косте представить, находясь в состоянии погружения, любимый образ природы – холмистый берег теплого моря, покрытый лиственными рощами. При этом у него возникли чувства заинтересованности и спокойствия;

б) далее, я предложил Косте следующий образ; знакомая квартира, где он делает себе воображаемый укол героина. Непосредственно перед уколом Костя испытал “чувство равнодушия”. “Прихода”, по его словам, он не ощутил. После укола у Кости возникли неприятные ощущения холода и “застывания”; также возникло чувство “*потери сил”;*

в) в конце данного погружения, после воображаемого приема Костей наркотика, я предложил ему снова представить свой любимый образ природы на берегу моря. Костя отметил следующие изменения в своем состоянии. Возникло чувство “заторможенности”, появилась скука, “апатия”. Он обратил, также, внимание на то, что в окружающей природе “все цвета потускнели, “стало пасмурно”, “стало холоднее”, “исчезли звуки, все застыло”.

*67*

Выйдя из состояния погружения Костя почувствовал “усиление спокойствия” и возросший интерес к занятиям с психотерапевтом.

Приведенный выше Пример 5 отличается от остальных описанных случаев прежде всего тем, что Константин испытывал чувства *прилива сил и* прочие положительные чувства тогда, когда он представлял образ природы весьма далекий от тех природных условий, в которых он родился и проживал во время пребывания в клинике.

Другими словами, Константин переживал как “родную” не ту природу, где он родился, а совершенно чуждую. В отношении веры и мировоззрения дела у него обстоят несколько иначе.

По отношению к православному храму Константин испытал чувство интереса и “таинственности” (в целом, это никак не свидетельствует об упадке душевных сил, а скорее говорит о некотором их приливе). При этом он испытывает определенную “печаль”, по-видимому, сдерживающую ощущение силы во всей ее полноте.

А вот по отношению к иудейскому храму, Константин, помимо неприятной тревоги, испытал “чувство вечности и единства”, чувство “сосредоточенности”, которые являются, скорее, мысленными представлениями или описанием своего внимания к чему-либо, восприятия чего-либо. Эти несколько отвлеченные “образы-мысли” сами по себе требуют от человека дополнительных усилий для того, чтобы выявить чувства, сопутствующие этим образам и включить их в живое душевное переживание.

Другими словами, образом, действительно придающим Константину определенные душевные силы, является образ православного храма. В то же время, образ иудейского храма скорее отнимает эти силы, отвлекая их на “вчувствование” в абстрактные “вечность и “единство”. В этом смысле душевной “родиной” для Константина является “холмистый берег южного моря”,

*68*

тогда как его “родной” верой, придающей силы, является православие, а не иудаизм.

Я полагаю, что эту ситуацию можно иначе описать так: душа Константина принадлежит к “виртуальному” народу, который, по-видимому, либо существовал когда-то, либо существует и в настоящее время – это вопрос к науке этнографии или истории.

После окончания лечения в клинике Константин уехал в Израиль. Со слов приезжавших в Россию родителей мальчик по меньшей мере более года не употреблял наркотики и по всей видимости, не испытывал тяги к ним. Он прекрасно приспособился к местным природным условиям, учился. Отношение к вопросам веры и мировоззрения приобрело у него более спокойное выражение, Константин стал менее напряженно-тревожным в этом смысле. У него сгладилась острота непосредственного переживания внутренних противоречий в вопросах веры. Похоже, что Косте *действительно* стало лучше жить в новых природных условиях, причем выбор в отношении веры для него оставался свободным – в Иерусалиме можно посещать и православный храм.

*Что говорят шаманы и что бы сделал Илья Муромец*

Из приведенного последнего примера видно, что Константин имел какую-то внутреннюю предрасположенность к жизни в природных условиях, резко отличающихся от таковых на его родине – в средней полосе России. Он с детства не переносил холод и мечтал жить на берегу теплого моря. Переехав в эти природные условия, он приобрел дополнительный запас душевных и физических сил для борьбы с зависимостью от наркотика, у него появились новые интересы и силы для достижения поставленных целей. “Погрузившись” в иные природные условия, “прикоснувшись” к земле, которую он видел лишь раз в жизни, Константин обрел новые силы и возможности.

*69*

Как я уже говорил, лишь пять человек из ста имеют не “поверхностную” склонность (на словах) к чужой природе, а “внутреннюю”, которая таится в глубинах подсознательного. Для остальных девяноста пяти – силы придает именно родная земля и культура. И даже общение. Известный русский философ, князь Н. С. Трубецкой считал, что взаимодействие людей (например, в браке) принадлежащим к сильно различающимся культурам “может привести к катастрофе”, а “правильный выбор” культурного взаимодействия есть “вопрос личной гигиены”.

При изучении биологических различий между людьми медики и антропологи обратили внимание на то, что, если в брак вступают люди достаточно сильно различающиеся друг от друга по расовым признакам (например, чукчи и русские), то в первом поколении рождаются здоровые, крепкие дети, а во втором часто происходит заметное ухудшение состояния здоровья детей.

Другими словами, браки между представителями народов, очень сильно отличающихся друг от друга по разным признакам – явление весьма не однозначное по своим последствиям.

“Погружение” в родную природу и культуру и в древних, сохранившихся до настоящего времени, народных способах лечения различных заболеваний имело, подчас, решающее значение.

Во время экспедиции на побережье Восточно-Сибирского моря ко мне обратилась женщина, чукча по национальности. Она страдала сильной аллергией на рыбу, алкоголизмом и, кроме того, постоянно испытывала чувства тревоги, беспокойства и подавленности. Она занималась технической и хозяйственной работой в администрации поселка. Во время нашей беседы эта женщина рассказала мне о том, что советовала ей знакомая знахарка, тоже чукча. Эта знахарка (многие, в том числе и она сама, считали ее шаманкой и, на мой взгляд, не без оснований) настойчиво советовала ей “уйти к нашим в тундру”, “жить в яранге, кушать нашу пищу”

*70*

(рыбу, оленину и пр.), “вернуться к национальной вере”. Болезнь женщины эта знахарка объясняла как наказание духов за отход от веры и заветов предков. Умиротворить духов можно было лишь “вернувшись к нашим в тундру”. Ведь занимаясь своей профессиональной деятельностью в крупном поселке, страдающая душевными и физическими расстройствами, женщина постоянно подвергалась воздействию чуждых ей радио-, теле-, видео-образов, продуктов питания, завязанных с Большой Землей – томаты, свинина, картофель, хлеб, а также водка, являющаяся для чукчей настоящим наркотиком, так как у них в крови, в отличии, например, от немцев или русских, нет вещества, разлагающего алкоголь. Поэтому, для чукчей воздействие алкоголя на душу и тело является просто убийственным. После выполнения советов знахарки, что в данном случае, почти полностью совпадало и с моими представлениями о необходимых временных изменениях в образе жизни с целью излечения от болезни, эта женщина в течение, по меньшей мере, восемнадцати месяцев не употребляла алкогольных напитков. Лечебная рекомендация была достаточно проста, хотя и нелегка для исполнения. Ей рекомендовалось уйти в тундру, жить в яранге, молиться духам. Я бы добавил – на это время отказаться от чая, сахара, табака, как чуждых, не традиционных для чукчей продуктов питания.

Судя по всему, отношение к окружающей природе и, прежде всего, к родной земле имеет определяющее значение для душевного, нравственного, а во многом и для физического здоровья человека.

Известный исследователь, Ференц Боас обнаружил, что у детей иммигрантов из Европы в Америку (т. е. уже во втором поколении) форма головы начинает приближаться к форме, свойственной местным жителям – индейцам. Земля, похоже, влияет даже на форму головы, а что уже говорить о душе и о чувствах?

*71*

В свое время один американский журналист приобрел большую известность благодаря своей книге, в которой пытался доказать, что лучшее средство предупреждения раковых заболеваний – это жить на определенном участке земли, воду пить из колодца на этой земле и питаться продуктами, которые родит эта земля. Еще до проведения научных исследований люди уже что-то такое чувствовали, о чем-то догадывались. Если предположить, что насчет рака — это верно, то в отношении душевных расстройств тогда вообще не может быть сомнений.

В связи со всем сказанным вспоминается древнегреческое предание об Антее, сыне богини земли Геи. Он был самым могучим и держал на своих плечах небосвод. Герой и полубог Геракл лишь тогда смог победить Антея, когда ему удалось оторвать сына Геи от земли — он просто задушил его в воздухе. – Русский богатырь – Илья Муромец, пронзенный в бою множеством стрел, приникает к родной матушке-земле и, почуяв огромную силу, вновь поднимается, и разит врага.

Современная наука лишь подтверждает то, что давно известно народной мудрости и преданиям. Для большинства людей возвращение к своим духовным и природным корням придает, в конечном итоге, силы и здоровье и, лишь для небольшого числа людей для достижения душевного и телесного равновесия нужно действительно изменить вокруг себя – либо природу, либо культуру, образ жизни, жену, либо тип питания, а может быть и все вместе взятое.

**Наркотики и вырождение**

Вырождением в науке принято, во-первых, считать такие сильные отклонения от нормы или болезненные проявления, которые обнаруживаются в результате действия наследственных причин или вредных влияний со стороны внешнего мира

*72*

– как духовного, так и материального. Во-вторых, это те “вредности”, которые, в конечном итоге, считаются передаваемыми по наследству. Сюда относятся и передаваемое по наследству постепенное нарастание в данной отдельной семье числа членов с противообщественным поведением, постепенное снижение культурного уровня от поколения к поколению, а также многие психические расстройства (в особенности шизофрения, эпилепсия).

Употребление наркотиков как раз и есть одна из причин усиления признаков вырождения как у данного человека, так и у его наследников. Так как наркотики являются чуждыми для нас “осколками” других культур и народов, то, естественно, для признаков вырождения также как и для наркотических веществ, нужна своеобразная “питательная среда”, в которой они могут существовать. Такой питательной средой для наркотиков, как я уже писал выше, является особая культура, обычно молодежная и, включающая определенный тип поведения наркоманов, свои музыкальные и другие вкусы, особое отношение к окружающей природе и пр. Наркоманы могут выделяться в свой “как бы народ” и по своим биологическим особенностям – ведь, подчас, даже по физиологическим характеристикам разные народы по-разному устойчивы к действию тех или иных наркотиков.

Для нашей, в целом, христианской культуры России, алкогольные напитки не являются наркотиками – вино это кровь Христа и вопрос лишь в том, когда, где и сколько вина может и должен обычный человек употреблять. Например, опий для большинства народов России – это строгое “нет”, это наркотик. Вспомним, что героиновые (т. е. опийные) наркоманы чаще предпочитают для постоянного места жительства более теплые страны, где нет зимы, в питании они относительно более склонны к экзотическим продуктам и блюдам, а в мировоззрении относительно редко придерживаются такой традиционной веры как православие. Такие же предпочтения наблюдаются у страдающих

*73*

“депрессивной” шизофренией, т. е. заболеванием, которое большинство врачей считают врожденным.

Другое дело – страдающие алкоголизмом и относительно легкими (по сравнению с шизофренией) “невротическими депрессиями”, т. е. не врожденными, а из-за внешних причин. Эти люди, как правило, предпочитают для постоянного места жительства именно свои родные природные условия, предпочитают пищу, традиционную для данной местности, а для жителей средней полосы России – свойственное им мировоззрение, т. е. православную веру.

Получается, что опийная наркомания, депрессивные виды шизофрении являются существенно более сильными признаками вырождения, чем алкоголизм и невротические депрессии. Это означает также, что страдающие опийной наркоманией и определенными видами шизофрении своим внутренним, душевным миром направлены на какой-то иной, чуждый для них народ. Это и есть виртуальный или “как бы народ”. Однако, действительно “родным” этот виртуальный народ является лишь для пяти больных из ста. Для остальных девяносто пяти человек из этой сотни в самых глубоких тайниках своей души родным все же является тот народ, на земле которого и в чьей культуре они родились и воспитывались. Конечно, между принадлежностью человека к виртуальному или обычному народам, подчас, лежит весьма тонкая и трудноуловимая граница, но, в целом, такое разделение является оправданным.

Поэтому, само “вырождение” означает как бы “принадлежность к другому роду” или, в широком смысле – к другому, т. е. виртуальному или “как бы народу”. Ведь смысл корня “род” происходит от имени древнего бога Рода, воплощающего единство рода, единство членов данного рода, т. е. народа.

Вот и получается, что употребление наркотиков, также как и шизофрения, эпилепсия и другие душевные расстройства отрывают человека от собственных корней, от своего народа от своей родины. И путь, на который вступает употребляющий наркотики – вырождение.

*74*

Справедливости ради следует заметить, что особо тяжелые случаи злоупотребления алкоголем, также помечены этой особой меткой – внутренне эти люди также как и опийные наркоманы тяготеют к виртуальному “как бы народу”.

Виртуальный народ имеет свою виртуальную культуру, душевные свойства и т. п. Сюда относятся даже такие особенности как манера одеваться, особенности нравственности. Известный немецкий врач и исследователь Макс Нордау так описывал признаки вырождения во внешнем виде человека: “... маленький карапузик, одетый с ног до головы во все красное, как в средние века одевались палачи; вот четырехлетняя девочка в огромной шляпе, какие носили наши прабабушки ...”. В области художественных вкусов эти признаки таковы: “... у всех наших современников (конец XIX – начало XX века – прим. А. Сухарева) есть одна общая характеристическая черта – они все *не хотят быть самими собою*..., а стараются воплотить в себе какой-нибудь образец искусства ...; они даже стараются воплотить в себе не один образец, а несколько зараз, хотя эти образы противоречат друг другу; таким образом, вы видите головы, посаженные на чуждые им торсы, фантастические костюмы с *противоречивыми* сочетаниями цветов, подобранных как бы в темноте”. Сходным образом Нордау характеризует быт, жилища, музыку, поэзию и т. п. Неправда ли, все это очень напоминает нашу современность ту самую “тусовку”, являющуюся питательной средой для наркотиков. Макс Нордау отмечает, также “... врач, специально посвятивший себя изучению нервных и душевных болезней тотчас узнает в настроении “конца века”, в направлениях современного искусства и поэзии, в настроении мистиков, символистов, декадентов и в образе действий их посланников, в склонностях и вкусах *модного общества* общую картину двух определенных патологических состояний, с которыми он отлично знаком: вырождения и истерии, легкая форма которой известна под названием неврастении”.

Понятие о вырождении, введенное в середине девятнадцатого века французским психиатром Морелем, определяется

*75*

им так: “Под вырождением следует понимать уклонение от первоначального типа. Вырождение, хотя бы оно было в начале своем не выражено, заключает в себе, также, наследственные элементы, и человек, пораженный им, становится все более неспособным исполнять свое назначение и умственный прогресс, заторможенный в его личности, подвергается опасности и в лице его потомства”.

Вообще, хотя вырождение характеризуется и физическими признаками (например, врожденные уродства и наследственные заболевания), Нордау отмечает, что наука установила и психические признаки вырождения. Вот некоторые из них: “Один не развит, другие болезненно возбуждены. Почти у всех больных этого рода отсутствуют *чувства нравственности и справедливости*. Для них не существует никакого закона, никакого приличия, никакого стыда. С величайшим спокойствием и самодовольством они совершают преступления и зазорные поступки только для того, чтобы удовлетворить минутному влечению, склонности, капризу и удивляются, что другие им не сочувствуют”. Не узнаем ли мы в этом портрете большинство характерных черт опытного наркомана?

В целом, можно выделить два главных признака психического вырождения:

1) оправдание того, что *добро и зло есть понятия совершенно произвольные*, восхищение злодеями и преступлениями, открытие в вульгарном и отталкивающем мнимых преимуществ;

2) сильно развитый эгоизм и неспособность противостоять внутреннему влечению, побуждающему совершить какое-нибудь действие.

То, что хорошо для народа одной культуры, может быть плохо для другого народа, другой культуры.

Смешение понятий о добре и зле, представление об “относительности” добра и зла и есть духовная основа наркомании. Живя в одной природной среде, исходно принадлежа к

*76*

одному народу и культуре наркоман отводит большее или меньшее место в своей душе (и в теле) иному, виртуальному или “как бы народу”, в котором наркотик незаметно внедряется в тело и укореняется в душе.

Слово “виртуальный” приобретает здесь вовсе не случайный смысл. Виртуальные компьютерные реальности, к которым смело можно отнести и “интернет”, являются сейчас повальным увлечением, особенно среди молодежи. Психиатры, психологи сейчас стали отмечать резкое возрастание настоящей “компьютерной наркомании” – зависимости человека от этих виртуальных реальностей, от виртуальной культуры “как бы народа”, культуры “как бы живущей в компьютере”. Да и слово “как бы” теперь уже совершенно привычно засоряет наш язык, включая теле- и радиоведущих. Люди начинают уступать свой ум и душу этому самому виртуальному “как бы народу”. Иной раз слышишь рассказ человека о своей жизни: “... мы как бы встретились, ... потом, как бы поженились ..., у нас как бы родился ребенок ну и потом, мы как бы развелись”. Вот и все. Никаких трагедий, все происходит “как бы” – как в мультфильме. Кстати, о мультфильмах. Сейчас даже художественные фильмы становятся компьютерными – те же мультфильмы. Вот такие дела.

Все начинается именно с незначительных уступок “как бы народу”, как говорят: “Дай палец – откусит руку”.

**Рождение наркомана**

Нельзя, конечно, говорить о том, что, скажем, этот ребенок родился наркоманом, этот – алкоголиком, а этот будет хорошим мальчиком. Но то, что есть определенные условия, которые могут способствовать развитию тех или иных зависимостей – это обязательно. Известный отечественный нарколог Е. А. Брюн считает, что когда в роддоме медсестра, иной раз, делает роженице успокоительный

*77*

укол (часто по ее же просьбе) для того, чтобы она родила не среди ночи, а утром или днем, то это является одним из условий для того, чтобы у ребенка впоследствии возник риск заболевания наркоманией. В результате такого укола происходит вмешательство в естественное развитие родов, происходит нарушение этого развития. Опытные наркологи и психологи, работающие с наркоманами, знают: отношения между заболевшим и значимыми для него людьми (жена, муж, мать, сын, дочь или просто близкий человек) почти всегда болезненно изменены. Вот самый типичный случай.

Сын – наркоман лет двадцати. Отец занят работой, особого участия во внутрисемейных делах не принимает, он лишь обеспечивает семью. А взаимоотношения между матерью и сыном отнюдь не соответствуют отношениям взрослого сына – воина и защитника. Мать относится к нему как к пяти-семилетнему ребенку. Она опекает его – и не важно ругает она его или потворствует прихотям. Мать боится выпустить сына в жизнь, “перерезать духовную пуповину”, их связывающую. А сын привык чувствовать постоянную поддержку. Мама поддержит сердцем – слезами, упреками, лаской, а папа – деньгами, связями, гневом. И очень часто большая часть психотерапевтической работы с наркоманами – это работа с его родителями.

Работая с матерями или, даже с женами наркоманов я иногда рассказываю им древнюю корейскую легенду о материнской любви.

Когда-то, очень давно, в заброшенной горной деревушке мать послала сына учиться в город. Через семь лет он вернулся, но мать, вместо того, чтобы броситься ему на шею, сказала: “Я сейчас погашу светильник и буду печь в темноте хлебцы, а ты – писать иероглифы”. Когда свет зажгли, стало видно, что все хлебцы ровные и румяные – один к одному, а иероглифы кривые. Тогда мать открыла дверь и, несмотря на ночь и на свирепствовавшую на улице бурю, указала сыну на дорогу в город и сказала: “Иди”. Через три года сын опять

*78*

вернулся домой и, не говоря лишних слов, попросил мать задуть светильник. Мать опять пекла хлебцы, а сын чертил иероглифы. Когда свет зажгли, то оказалось, что иероглифы – под стать хлебцам, все ровные и красивые. Тогда мать кинулась к сыну, обняла его и промолвила: “Сынок, как я ждала тебя все эти десять лет!”.

Здесь к материнской сердечной любви был добавлен, а вернее вплетен в нее ум. Ибо человек, его душа и ум – это единое целое.

В этом предании отражен переход между отношением к сыну-ребенку к сыну-мужчине. Зависимости от наркотиков или алкоголя свидетельствуют, помимо всего прочего, о душевной незрелости, о не по возрасту безответственности данного человека. И таким “незрелым плодом” можно сохраниться до старости. Грустная картина, когда восьмидесятитрехлетняя мать приводит в клинику сына-алкоголика пятидесяти шести лет, понуро стоящего рядом с ней. И ее слова: “Милые, помогите вылечить сына!”.

При такой душевной незрелости, нравственной недоразвитости мы опять наблюдаем “смешение нравов” и душевных свойств. У взрослого человека наряду с его умом, опытом присутствуют нравственные черты ребенка – опять налицо нарушение развития.

Такое нарушение может происходить не только в виде сохранения детской нравственности во взрослом состоянии. В воспитании ребенка может происходить не только задержка на каких-то предыдущих стадиях развития, но и своеобразное “забегание вперед”. Такое “забегание” не менее вредоносно, чем задержка развития души. Эта вредность может обусловливаться тем, что, например, ребенок в своем воспитании лишается сказочно-таинственных отношений с миром и, вместо Бабы-Яги, Снегурочки, русалок родители с раннего возраста обеспечивают ему компьютер и другие “цивилизованные” игрушки.

Здесь уместно вспомнить, что одним из признаков вырождения врач Нордау считал неоправданный возврат в манере одеваться и во взглядах, вообще, к прежним, уже прошедшим временам. Еще Чарльз Дарвин писал о том, что душевные расстройства иногда очень напоминают поведение из далекого прошлого

*79*

человека или указывают на родство с животными от которого “человек почти удалился” Он предполагал, например, что “не лежит ли в основе странных черт у больных слабоумием и меланхолией возврат к первобытным инстинктам”. Болезненные душевные проявления человека в ответ на сильное воздействие или какие-то травмирующие сходны в этих ситуациях с поведением животных. Немецкий врач Эрнст Кречмер выделял два вида такого “древнего” или присущего животным поведения: “мнимая смерть” – кролик замирает перед удавом, птичка в руке человека и т. д., и второй вид – “двигательная буря”. Эта “буря” отчаянных и нецеленаправленных движений дикого котенка, взятого на руки или пойманной рыбы, бьющейся в сети. Так и люди – либо цепенеют от страха, либо совершают в случае смертельной опасности, подчас, необдуманные или дикие поступки.

**Как воспитать человека**

Подытоживая сказанное, приходим к простой истине – детство должно быть в детстве, а зрелость в более зрелом возрасте, а смешение того и другого наносит вред и ведет к болезням. Душа человека развивается подобно душе народа. В развитии культуры каждого народа многие ученые выделяют стадии – сначала “язычество”, много богов, духов, затем – единобожие, единство нравственного закона и, в итоге – “цивилизация”, светские условности вместо нравственного закона, техника и прогресс ставятся на первое место.

Так развивается и душа человека – сначала сказочно-таинственный мир детства, чуть позже – понимание нравственного закона, далее рост знаний, умений, навыков, приобретение жизненного опыта. Трудно точно разделить эти стадии по годам, могу лишь отметить, что в традиции русской православной церкви, вторая стадия, т. е. понимание нравственного закона должно происходить в возрасте пяти-шести лет. Это называется “воцерковлением”, когда в беседе со священником

*80*

ребенку предоставляется возможность более сознательно усвоить нравственные устои христианства.

Однако, смешение противоречивых нравов, привычек, душевных свойств может происходить не только из-за нарушения последовательности в развитии души и тела человека. Иногда можно наблюдать, что-то вроде следующего. Ребенку, родившемуся и живущему в Витебской области, родители *вместо того*, чтобы читать белорусские сказки, воспитывают его исключительно на сказках и преданиях североамериканских индейцев или философских сказках Дж. Толкиена. Конечно, можно читать и Толкиена, но сначала белорусскому мальчику нужны белорусские сказки.

Примечательно, что именно шаманизм американских индейцев и сказочные повести Толкиена породили в Европе, Америке, России целые молодежные движения, полностью погруженные в “иной мир” соответствующего поведения и мировоззрения. Этот “иной мир” совершенно оторван от природной и от общественной среды, в которой на самом деле живут приверженцы такого рода “веры”. В этих молодежных движениях, по моим наблюдениям, его участники часто почти полностью перенимают образ мышления, быт, одежду, язык, тип питания, склонность к определенным природным условиям (например, горы), а также приобретают другие признаки, соответствующие усвоенным ими взглядам.

Такое смешение нравов может происходить и из-за влияния различных экзотических религиозных сект, культов, “наук” типа дианетики, а в ряде случаев и вследствие “смешения в одной голове” некоторых взаимоисключающих устоев таких мировых религий как буддизм и христианство, мусульманство и иудаизм. Смешение нравов приводит к различного рода депрессиям, а депрессии, к сожалению, “устраняются” наркотиками.

Поэтому в воспитании человека необходимо учитывать не только определенную последовательность ступеней его развития, но и соблюдать меру в обеспечении ребенка различного рода экзотикой. Нельзя воспитать психически здорового “человека вообще”, здорового человека можно воспитать лишь в определенной “исходной”

*81*

культуре. Это отнюдь не исключает для него возможности знакомства с другими культурами, знания иностранных языков. Но родная культура может быть только одна, как нельзя, например, родиться сразу у двух матерей.

**Как воспитать наркомана в России**

С учетом изложенного дам совет, как воспитать наркомана в нашей стране. Родить его, как уже говорилось, нужно либо под обезболивающим уколом, либо на различных психотропных средствах. С детства будущего наркомана нужно воспитывать*исключительно* на экзотических сказках и игрушках, чтобы он имел как можно более отдаленное представление о родной природе и преданиях своего народа. Из сказочных персонажей лучше всего подойдут для будущего героинового наркомана “Ежик в тумане”, “Мумми тролль”, для будущего поклонника психостимуляторов или алкоголя – “Микки маус”, “Ну, погоди!”, “Черепашки – ниндзя”, “Мыши – рокеры с Марса” и что-то в том же духе. В крайнем случае, для целей задержки развития и нарушения общения могут подойти летающие человечки с пропеллерами типа “Карлсон”, сочетание неизвестных ушастых существ типа “Чебурашка” с крокодилами, удавами, мартышками и всем тем, чего в России никогда не водилось.

Когда лет пятнадцать назад мы обследовали детей с чертами замкнутости, затруднения в общении и понимании других детей, взрослых, а также детей больных шизофренией, то такие дети существенно чаще, чем нормальные в своих рисунках “неизвестного животного” изображали именно гибриды живых существ и технических приспособлений. Например, помесь человека и велосипеда. Сейчас такие видеообразы активно внедряются в сознание с экранов телевизоров – это и “Мыши-рокеры с Марса” со стальными лбами, и Карлсон с пропеллером, и “Робот-полицейский”, и т. д. Поэтому ежедневный просмотр телепрограмм в большом объеме является обязательным.

*82*

Телепередачи обладают несомненными достоинствами в деле воспитания наркомана по сравнению с вкладом даже правильно подобранной печатной продукции. Телевизор, в отличие от книг приучает ребенка к необходимой пассивно-созерцательной жизненной установке. Без такой установки нет, и не может быть настоящего опийного наркомана. Смотришь телевизор – и баста. Думать не нужно, цвет представлять не нужно, движение воображать не нужно. Полный душевный застой. За содержание телепрограмм можно быть спокойным – восемьдесят процентов современных передач и телешоу, как минимум не противоречат целям воспитания наркомана. Книги вредны тем, что при их чтении нужно по меньшей мере думать и воображать, а иной раз и чувствовать что-либо, прислушиваться к тонким сердечным струнам. Когда юный кандидат в наркоманы станет чуть постарше, вместо народных сказок его обязательно следует приучать к компьютеру, компьютерным играм, с младых ногтей приучать к интернету. Ребенка необходимо тщательно оберегать от зарождения таких чувств как любовь к родине и к родной старине, оберегать от отечественной литературы, поэзии, музыки. Вместо этого следует поощрять знакомство с американскими фильмами по “видаку”. Нужно следить, чтобы ребенок обязательно “выбрал пепси”, жевал жвачку и уже с младших классов школы начал употреблять “активаторы мозга” и биодобавки к пище, предлагаемые различными фирмами. Следует приобщать ребенка к подлинной свободе, подальше от “православного мракобесия”. В крайнем случае, для любимого дитяти подойдет “общехристианский” или “обновленный” вариант православия.

В более старшем, школьном возрасте подростка – юношу или девушку необходимо тщательно оберегать от тургеневской любви, переходя к понятию о “половых партнерах”. Нужно, также, усвоить, что на его (ее) родине ничего более или менее стоящего никогда не было, лучшее название для “этой страны” – “Империя зла”. Все лучшее в “этой стране” пришло с Запада, а народ в России ленив и склонен к выпивке. Данный абзац в относительно большей степени ориентирует ваше чадо на психостимуляторы (кокаин, первитин и т. д.). Эти вещества как раз и послужат теми “активаторами

*83*

мозга”, которые помогут ребенку в большей мере отвечать западному протестантскому идеалу “активности, эффективности и продуктивности”.

Конечно, даже при тщательном соблюдении перечисленных правил нельзя быть уверенным, что ваши усилия приведут к успеху. Но их соблюдение существенно облегчает взаимодействие ребенка и наркотика. Ребенок с вашей помощью выбирает жизненную среду, образ жизни, а наркотик “встроенный” в эту среду уже сам выберет вашего ребенка. Решающим является не так соблюдение правил, но в первую очередь, отсутствие *изначального* воспитания на отечественных ценностях и традициях.

Очень важно воспитывать будущего наркомана в атмосфере всемерной поддержки, чтобы он чувствовал, что в любой ситуации – в школе и, вообще в жизни, он всегда будет поддержан родителями – не на словах, а, именно, на деле. Даже, если эта ситуация нравственно неприглядна или связана с нарушением закона, когда ваш ребенок не прав. Родительская любовь, в этом смысле, должна быть всепоглощающей. Тогда сын или дочь вырастут физически, но душевно и нравственно останутся вполне незрелыми, т. е.*безответственными*.

Воспитание наркомана достигает своих целей не от того, что ребенок смотрит мультфильмы про чебурашку, которого нет в природе (т. е. чебурашка относится к виртуальной реальности), а от того, что *вместо* освященных традициями отношений к окружающему миру встраиваются чебурашки, карлсоны, мыши-рокеры.

Чтобы ребенку понять и прочувствовать зиму и мороз, нужны Дед Мороз и Снегурочка, для понимания воды нужны сказки о Водяном и Русалке, для огня – Жар-птица, для леса – Леший. Для понимания добра и зла в России нужен Христос, а не “всемирный разум” или нирвана. Это для начала. А потом, после обретения такой защиты от очень разных воздействий – можно и Толкиена, можно и пришельцев из космоса, т. к. вреда они уже не принесут, а жизненный опыт познания иных миров могут предоставить.

*84*

**Душевная незрелость – основа наркомании, шизофрении и других психических расстройств**

Многие психиатры полагают, что основой, на которой возникают многие психические расстройства, является так называемый “психический инфантилизм” или, проще говоря, – душевная незрелость человека. По отечественной медицинской традиции причиной этой незрелости считалось, как правило, некоторое нарушение развития мозга человека. Речь здесь идет о самих вполне материальных “нервов и нервных тканей” Однако, к нарушению в развитии мозга могут привести и такие причины как нарушение отношений человека к окружающей среде, к другим людям, к высшим ценностям, таким как мировоззрение, вера и смысл жизни.

Несомненным, также, является тот факт, что зависимость человека от наркотика тесно связана с его душевно-нравственной незрелостью, так сказать в большей или меньшей степени его “мировоззренческой недоразвитием”. Такого рода недоразвитие может почти не ощущаться самим человеком или окружающими его людьми в обыденной жизни. Но, если человек опасно болен (наркомания, СПИД и т. п.) мировоззрение и представление о смысле собственной жизни приобретает новое, крайне необходимое и действенное значение.

Сравнительное значение для человека его мировоззрения и мироощущения в повседневной жизни и в случае смертельной болезни можно уподобить следующему описанию. Если вы едете на конной повозке, то вы в любой момент можете соскочить с нее и пойти рядом или, даже, на какое-то время отойти от нее в сторону (сравнение с возможностью отхода от своего мировоззрения в обыденной жизни); если же вы летите на самолете, то попытка выйти из самолета и, тем более, “отойти” от него равнозначна

*85*

гибели (сравнение “отхода” от своего мировоззрения или какой-либо неопределенности в этом отношении в случае смертельно опасного недуга).

Мировоззрение, мироощущение и мирочувствование объединяет отношения человека к природе, к себе, к другим людям и к высшим нравственным ценностям. Эти отношения складываются с самых ранних ступеней его развития. В этих отношениях должны в единое целое связываться чувства, ум и поведение человека. Ведь само слово “целый” во многих языках мира имеет один корень со словом “целить”, т. е. делать здоровым (другими словами – целым). Для того, чтобы стать “целым и здоровым” человек должен быть душевно-деятельным, психически активным. Бездеятельность, пассивное отношение к себе и к жизни порождает душевную незрелость и, как следствие – безнравственность и безответственность по отношению к себе и ко всему окружающему и происходящему.

Отношения человека имеют различные стороны – умственную (мышление, представления), чувства, ощущения, движения тела и поведение, в целом. То, как человек думает, чувствует и ведет себя по отношению к окружающей природе, к людям определяется не только его врожденными свойствами, но и культурой народа (или народов) в которой он родился и (или) развивается. Например, в культурах народов, происходящих из жарких стран, не может быть образов, подобных Снегурочке и Деду Морозу и у юных жителей Северной Африки нет представлений о зиме, им “нечем” думать об этом явлении природы. Понятие о сказочном Деде Морозе было бы полезным для них лишь в случае переезда на жительство в северные страны, где снег и мороз – обычные явления. Это заранее сформированное понятие помогло бы африканским детям приспособиться к жизни на севере, смягчило бы для трудности, связанные с резким изменением природных и культурных

*86*

условий их жизни. Постепенное, тесно связанное с традиционной природной и культурной средой развитие ребенка является условием его душевного здоровья.

*От чего зависят душевная целостность и здоровье человека?*

Душевная целостность и, соответственно, душевное здоровье человека обусловлены, во-первых, целостностью, внутренней связью его ума и сердца, т. е. мыслей, чувств и поведения, что проявляется в его отношении к самому себе. Во-вторых, душевное здоровье обусловлено целостностью и внутренним равновесием взаимоотношений с близкими людьми. И, в-третьих, содержание и направление развития всех отношений человека определяется естественной и культурной средой. А естественная и культурная среда развития человека определяется тем, к какому народу или объединению народов данный человек принадлежит. Душевная незрелость, или психический инфантилизм возникает вследствие нарушения естественного и целостного развития ума, чувств и тела человека.

*“Плюрализм” в уме и чувствах – основа душевной незрелости*

“Плюрализм” в буквальном переводе означает “множественность”. Этим словом в наше время очень часто пользуются журналисты и политики, когда хотят подчеркнуть полезность свободы мнений и самоопределения вообще. Помимо полезности у плюрализма есть и обратная сторона. А именно – множественность по отношению к нравственным ценностям. В частности, есть люди, для которых, например, наркотики или половые извращения не являются злом, но одним из возможных вариантов поведения. Вряд ли большинство людей хотели бы, чтобы их дети воспитывались в подобной среде. Однако, люди с такими

*87*

взглядами достаточно часто имеют возможность, если не распространять, то, по крайней мере, косвенно, но беспрепятственно выражать свое отношение к данным предметам. Например, по телевидению и в печати часто появляется информация о том, что та или иная “звезда” попмузыки или кино употребляет наркотики или имеет “неординарные” взгляды на интимные взаимоотношения полов. Если принять во внимание тот факт, что речь идет о кумирах молодежи, то такое “информирование” является ни чем иным как эффективным внушением соответствующих взглядов. Другими словами, современная общественно-культурная среда является “мозаикой”, состоящей из “осколков” различных культур, часто взаимоисключающих ценностей, взглядов и пр.

Известный психотерапевт Н. Пезешкиан считает, что в современном мире нет такого понятия, как “правильное воспитание”. Правильное воспитание невозможно потому, что культурные установки всех воспитателей – матери, отца, бабушки и дедушки, учителей в школе, а также, “педагогическое воздействие” телевидения и молодежных журналов основаны, в значительной мере, на взаимоисключающих ценностях и взглядах.

Множественность (плюрализм) осколков различных культур и народов, влияющих на умы и души людей в нашем обществе является повседневной средой, в которой в наше время рождаются, растут и живут люди. Особенно это относится к жителям больших городов.

*Что же происходит с душой человека, родившегося в таких условиях?* Созревание человеческой души задерживается, возникает то, что называется “психическим инфантилизмом”. *Почему это происходит?* Для того, чтобы объяснить это прибегну к сравнению – когда какое либо растение или дерево только появляется из семени или зерна, ему необходимы определенные условия, такие как отсутствие резких перепадов температур, рыхлая земля, достаточное количество питательных веществ и, самое главное, эти условия должны

*88*

подходить именно для данного вида растений. Ведь, например, кувшинка не вырастет на берегу реки в песке, мексиканский кактус погибнет в сибирской тайге, а кедровая сосна, выросшая на болоте будет низкорослой и “недоразвитой” относительно своих сверстников из алтайского края. Развитие же души человека в современном мире можно описать следующим образом.

Для естественного развития души ребенка необходимы относительно “тепличные”, однородные условия, без резких контрастов и внутренних противоречий в окружающей его культурной среде. В этом случае, осуществляется постепенное, естественное развитие психики без травм и “шоков” вследствие культурно обусловленных резких изменений и травмирующих воздействий. Если же культурная среда, в которой растет ребенок, представляет собой современную множественную, “плюралистическую” мозаику, то душа человека как бы “останавливается в нерешительности” в своем развитии, не находя на “свалке из осколков различных культур” то, что необходимо для ее полнокровного развития. В результате время уходит, тело человека опережает в своем развитии психику, что и закрепляется как определенная задержка психического развития, душевная незрелость.

Следует особо отметить, что причиной такой задержки психического развития является не так наличие множественности культурных воздействий, как отсутствие самой возможности обеспечить в душе ребенка устойчивое отношение к определенной, традиционной для него культуры. Именно поэтому самим родителям и другим, значимым для ребенка людям, чрезвычайно важно определиться в собственных мировоззренческих, религиозных и других отношениях. Это и отношение к природе, к укладу повседневной жизни, к художественным, и литературным произведениям и пр. Для России такая определенность состоит в принадлежности родителей и воспитателей ребенка либо к исходной русской культуре, либо, для народов, входящих в состав России, – к культуре собственного народа в тесной связи с объединяющей эти народы русской культурой. Здесь

*89*

важно единство и культурная общность воспитательных воздействий на ребенка, по крайней мере, во внутрисемейных отношениях.

Душевная незрелость, возникающая вследствие множественности или плюрализма влияний культур различных народов в “одной голове” и является основой возникновения современной эпидемии различных, более или менее выраженных психических расстройств. Соответственно, это лежит и в основе роста употребления молодежью наркотиков, как веществ, хотя бы временно “освобождающих” от неприятных переживаний.

**Как лечиться от наркомании**

Объявлений по поводу лечения наркомании сейчас везде предостаточно. Гарантируют стопроцентное излечение. Вы в это верите? Но выхода нет, и многим приходится обращаться по этим объявлениям, хотя среди наркоманов очень распространено мнение, что наркомания, особенно героиновая – неизлечима. Мне несколько раз приходилось выступать по телевидению в прямом эфире на тему наркомании. На пейджер и по телефону приходили сообщения приблизительно такого содержания: “Я уже пять раз лечился, что мне теперь делать?”. Дело в том, что в большинстве случаев так называемое лечение является просто снятием наркотического “похмелья” или “ломок”, устранение депрессий при помощи лекарственных средств. Многие объявления, правда, обещают еще и “работу с психологом и психотерапевтом”. Знаю по собственному опыту – если снятие “ломок” стоит достаточно дорого, то затраты труда психолога и врача-психиатра в течение очень длительного, последующего, так называемого “периода психологической реабилитации” во много раз превышают собственно “лечение”. Это “лечение” длится, на практике, две-три недели. Врачи рекомендуют находиться в клинике месяц, не более. А потом? Потом опять привычная среда, “старые знакомые”, усталость и, как следствие, скорее всего – срыв. В лучшем случае – еще встречи с психологом или психотерапевтом раз в неделю. Все

*90*

дело в том, что наркомания – это, прежде всего, образ жизни, который и определяет психическую зависимость. Через месяц после приема наркотика в организме едва можно обнаружить и следы героина, а наркотическая зависимость будет напоминать о себе не один месяц, а может быть и годы.

*Причины неудач в лечении*

Основная причина неудачного лечения – это излишняя надежда страдающего наркоманией на медицинскую помощь и лекарства. Эта надежда и есть привычный образ мысли или чувствования наркомана: “Помогите мне гипнозом”, “сделайте так, чтобы я все забыл” и т. п. Другими словами, это детские мечты о волшебных изменениях, подобные волшебным изменениям в состоянии души после приема наркотика. Излечение от наркомании связано с большой внутренней работой души. Эта работа – переживания, которая не видна для глаза, и со стороны непросто понять совершается она или нет. В переживании изживаются тяжелые душевные состояния, можно сказать также – выковываются те или иные грани характера. Дело здесь не в силе воли. Дело в том, что нужно не дать завянуть в себе росткам любви к естественной жизни, не “зомбированной” наркотиком.

Рассмотрим в свете всего написанного выше наиболее известные и рекламируемые подходы к лечению наркомании.

*Лекарственный подход*

Этот подход “в чистом виде” уже почти никто не воспринимает всерьез – ни врачи, ни страдающие наркоманией. Если вам предлагают лекарство от наркотической зависимости – “очищение крови”, “очищение организма”, “иглоукалывание” как средства способные сами по себе излечить наркоманию, то вы имеете дело либо с не вполне сведущими врачами, либо с обманом и самообманом.

*91*

**Психологическая реабилитация и психотерапия зависимостей от наркотиков**

В последнее время появились методы, направленные именно на “психологическую реабилитацию”, которую можно определить как длительное психотерапевтическое воздействие на больного наркоманией в тот относительно отдаленный от момента снятия “ломок” период (желательно, не менее 2-х недель), когда психическая зависимость от наркотика становиться несколько менее выраженной. Здесь основное внимание уделяется психологическому воздействию на психику человека, страдающего наркоманией, психотерапии. Вроде бы все верно. Однако, рассмотрим основные, наиболее часто используемые методы собственно психотерапии снятия зависимости от наркотика.

*Гипноз*

Некоторые больные наркоманией после снятия “ломок” просят врача или психолога: “Загипнотизируйте меня, чтобы я не хотел употреблять наркотик”. Здесь проявляется опять та же наивно-детская вера в волшебные изменения. Душа наркомана остается прежней – незрелой, а гипноз еще больше делает ее зависимой, теперь уже от воли врача. Этот метод иногда помогает при алкоголизме (особенно лет двадцать назад), но при героиновой зависимости – крайне редко.

*Психологическое кодирование*

Слово “кодирование” ассоциируется со словом “зомбирование” и имеет несколько пугающий оттенок. По сути, кодирование, это психологическое “вкладывание” в душу человека определенных установок “не употреблять наркотик”. Этот способ, также как и гипноз не опирается на свободную волю человека, а основан на зависимости от каких-

*92*

то внешних сил, от авторитета врача или психолога. Действенность этого способа, опять-таки, более высока в случае алкоголизма и незначительна для опийной наркомании.

Помимо всего прочего гипноз и кодирование в ряде случаев могут принести вред. Как алкоголизм, так и наркомания связаны с внутренними затруднениями, душевными расстройствами страдающих этими зависимостями. Гипноз и кодирование, подобно хирургическому инструменту, отсекают эти расстройства от болезненного способа их “лечения”, приема наркотика или алкоголя. Но смятение чувств в душе продолжает свою вредоносную работу и находит для себя выход в другом. Есть древняя латинская поговорка: “Когда не плачут глаза, то плачут органы”. Другими словами – возникают различные внутренние заболевания: ишемия, язвы желудка, диабет, давление и другие.

Одна моя пациентка, страдающая алкоголизмом, работала врачом в терапевтическом отделении больницы в одном небольшом городе. На мой вопрос, почему она не хочет закодироваться от алкоголя, она ответила: “У нас город маленький, одна больница. Больные, страдающие алкоголизмом или наркоманией, на наших глазах лечатся в наркологическом отделении, затем кодируются. Но после кодирования, через два-три месяца мы принимаем их уже в своем терапевтическом отделении с ишемической болезнью сердца, инфарктами, инсультами, гипертонией и пр. Поэтому я не хочу лечиться этим кодированием”.

*Нейролингвистическое программирование (НЛП)*

Данный вид психотерапии представляет собой способ изменения, “перепрограммирования” поведения человека без его активного участия, т. е. изменение “программы” поведения воздействиями извне. В этом отношении данный метод, по сути, аналогичен гипнозу, но, в отличие от последнего, является несколько более изощренным. Не берусь оценивать эффективность данного метода. Однако, ясно одно – этот метод рассматривает человека вполне в прагматическом американском духе, как предмет манипулирования. При этом, также как и в состоянии наркотической зависимости, человек, без каких-либо

*93*

собственных душевных усилий надеется достичь желаемого душевного состояния, в данном случае, не наркотического “кайфа”, но уже освобождения от этой зависимости. Душевный труд, “работа переживания” единственно надежно выводящая человека из патологической зависимости при такого рода психотерапии начисто отсутствует. Ниже рассмотрены основные психологические реабилитационные “практики”, используемые в России.

*“Кундала”*

“Кундала” – это название загородной лечебницы для страдающих наркоманией. Ее название происходит от имени тантрической богини – змеи Кундалини. В этой лечебнице стараются снимать “ломки” безлекарственными, психологическим методами. Это само по себе неплохо, но мало что дает для излечения. Основные идеи, которые исповедуют в клинике – это занятия йогой, применение биодобавок в пищу и использование так называемых “блокаторов” по окончании курса лечения (21 день).

Если наркоман принимает блокаторы, до или даже при приеме героина, то он не испытывает привычных ощущений от наркотика. Наркотик действительно “заблокирован” лекарством. Кроме того, блокатор, во время его приема, в определенной мере снижает тягу к наркотику.

Недостатки подхода к лечению наркоманий принятого в данной клинике в основном сводятся к тому, что человек начинает заниматься йогой, впитывая в себя не только технику упражнений, но мало-помалу и то самое древнеиндийское мировоззрение, достаточно чуждое как для русских, так и для населения России, в целом. Зависимость от йоги должна быть не меньше, чем зависимость от героина. Что касается “блокаторов” (которые, кстати, используются и во многих других лечебницах), то их применение также является одним из видов кодирования. Только здесь основа в большей мере биологическая, чем психологическая. “Блокатор” также как и кодирование опирается не на свободную волю человека к излечению, а на приучение, подобно “павловской собаке”. Здесь отсутствует главное – наличие и

*94*

опора на свободную волю к излечению. Применение блокаторов возможно, в общем случае, но только в сочетании с правильным психолого-педагогическим подходом и психотерапией. Применение биодобавок в пищу, также, сомнительно, так как под вопросом остается – вредно или полезно применение биодобавок по своим отдаленным последствиям? Ведь это большей частью, достаточно экзотические вещества и растения.

Однако, главное – это все же йога. Существуют исследования, свидетельствующие о весьма пагубном влиянии длительных занятий йогой не только на душу, но и на тело людей, родившихся и воспитанных среди других культур и народов. Поэтому, погружение в йогу взамен зависимости от наркотика обещает быть отнюдь не полезным. Либо йога, – либо наркотик.

*“Нарконон”*

“Нарконон” представляет собой лечебную систему, основанную на “науке” дианетике и “церкви сайентологии” Рона Хаббарда. Дианетика и сайенология представляют собой набор идей, способов, типов поведения, представленных Хаббардом, как нечто, якобы, целое. Этот набор описан особым языком, придуманным Хаббардом. Суть метода в том, что зависимость от наркотика замещается зависимостью от строгой иерархии авторитетов системы дианетики. Эта система представляет собой полностью искусственное образование. Бессмысленно вникать в содержание лечебных правил дианетики. Такое “лечение” могло пустить корни, по-видимому, только в современной России. Это то же зомбировнаие, чреватое сходными последствиями для души и тела. Лечение данным методом, например, в США запрещено законом

*“Детокс” и “12 шагов”*

Слово “детокс” происходит от термина “детоксикация” и означает очищение организма от наркотика, и, как правило, снятие

*95*

болезненных ощущений, ослабление неприятных чувств, и переживаний на начальном этапе лечения.

“12 шагов” – это программа реабилитации, первоначально апробированная в США на страдающих алкоголизмом. В США она неплохо помогает для этих целей. В России несколько хуже, но тоже помогает, при этом, с одной особенностью. Психологи, работавшие в программе “12 шагов”, обратили внимание на то, что излечившиеся от алкоголизма, часто, очень успешно начинали продвигаться в бизнесе, начинали зарабатывать много денег. Наряду с этим наблюдался несколько односторонний крен личности в “деловую сторону”, в ущерб общению, “сердечному” взаимодействию, чувствам. Т. е. в ущерб душевной целостности чрезмерно выпячивалась “деловитость” – до уровня зависимости от “дел”, “бизнеса”.

Действительно, в течение программы “12 шагов” человек погружается во внутренний мир “программы”. Временная изоляция от привычных связей, провоцирующих употребление алкоголя – это хорошо. Но что же представляет собой внутреннее содержание программы? В мировоззренческом отношении это выхолощенное абстрактное религиозное отношение к Богу, к Добру, к Успеху, соответствующее идеалу западного общества. Отсюда и успехи в бизнесе за счет душевной теплоты по окончании работы в “программе”. Во время нахождения в данной программе пациент принудительно включается в непрерывную и абсолютную повседневную занятость теми или иными заданиями, которыми он обеспечивается от “консультантов”, что, при внешней дисциплине поведения, лишает пациента возможности самостоятельно переосмыслить свои жизненные ценности. Переосмысление подменяется здесь опять же “перепрограммированием”.

При зависимости от препаратов опия программа “12 шагов” значительно менее действенна. Это и понятно. Представьте себе человека, родившегося и воспитанного в России, отошедшего от своих корней в сторону ухода от действительности,

*96*

в созерцательную отстраненность героинового опьянения. И этого человека начинают лечить, “перетягивая” его душу от восточной созерцательности к культу успеха и карьеры, присущему современному Западу. Такой человек окончательно потеряет себя, свои корни, что в более или менее отдаленном будущем проявится в виде душевных расстройств или наркотического срыва. Есть такая психологическая методика – “Нарисуй дерево”. Если человек рисует дерево как бы вырванное с корнем или с обнаженными корнями, то это, как правило, свидетельствует о душевном расстройстве, алкоголизме и т. п.

В работе с наркоманами в программе “12 шагов” применяют так называемый “диалог с наркотиком”, когда в письменном виде больной “до одышки” прорабатывает свое отношение к наркотику. Защита от наркотика в России заключается не в том, чтобы вырабатывать к нему определенное отношение, как к алкоголю, а в том, чтобы вообще не иметь отношения к этому наркотику. “Прижигание чувств” возникающее во время написания таких писем к наркотику основано на образовании неприятной, отрицательной обратной связи, являющей лишь оборотной стороной “наркотической тяги”. Так или иначе относиться можно лишь к вину, алкоголю, занимающему определенное место в культуре России.

Короче говоря, основной недостаток программы “12 шагов” заключается в достаточно чуждом для России содержании программы или отсутствии такового.

*Анонимные наркоманы и алкоголики*

Анонимные алкоголики это замкнутое общество, группа, в которой поддерживают друг друга в отношении к употреблению алкоголя. Такое общество со своими установками поддерживает совместную направленность людей на управление влечением к вину, водке, на соответствие основным правилам, принятым в России в отношении винопития. Это не те бытовые

*97*

правила, образовавшиеся в нашей культуре вследствие распада традиций. Напротив, это как раз те правила, которые живы в этих традициях. Так или иначе, эти правила коренятся в православной вере.

Анонимные наркоманы представляют собой качественно нечто совершенно иное. Они, конечно, пытаются явно или не явно поддерживать друг в друге установки на отрицательное отношение к наркотикам (как правило, это препараты опия). Однако, уже само объединение недавних наркоманов в сообщество представляет собой, по сути, нечто совершенно противоположное и выпадающее из культуры России. Поэтому, любые объединения опийных наркоманов, по меньшей мере, бесполезны. Опийных наркоманов следует лечить как отдельных личностей, включая их не в “осколочную” среду себе подобных, а в целостную культуру России. Нет в России культурных традиций употребления опиатов.

*98*

**Столбовая дорога к излечению от наркотиков и злоупотребления алкоголем**

Если подходить к понятию зависимости человека от чего-либо – от веществ, воздействующих на психику, от различных идей и видов мировоззрения, то неизбежно вспоминается высказывание Эрнста Хэмингуэя: “Хлеб – опиум для народа”. Действительно, ведь мы находимся в прямой зависимости от хлеба, от еды, питья, воздуха для дыхания и многого другого. Но, кстати, арабы-кочевники (бедуины) из северной Африки от хлеба не зависят. Они зависят от своих верблюдов, которые дают им молоко и мясо в пищу, шерсть для одежды. Верблюды это средство передвижения в поисках пищи и воды, для взаимодействия с другими племенами (торговля, война, брачные связи). Мы, жители России, от верблюдов не зависим совсем.

Состояние зависимости, в общем случае, это обычное и здоровое состояние человека. Оно становится болезненным лишь в том случае, если, к примеру, паренек из Курской области вдруг почувствует себя зависимым от того же верблюда. Вот это уже болезнь, да еще какая. По существу немногим отличается ситуация, если русские юноши или девушки становятся зависимыми от опия – вещества “вплетенного” в культуру других народов и имеющего для этих народов свой особый смысл. Эта психологическая зависимость отягчается еще и физиологическими различиями – русские, как и все европейцы беззащитны в этом смысле перед воздействием опия.

Любой способ лечения наркоманий так или иначе основан на том, что одна зависимость сменяется на другую. Зависимость от наркотика сменяется в процессе лечения на зависимость от определенных лекарств, на авторитет врача (кодирование),

*99*

на зависимость от йоги (“Кундала”), от сайентологического общества (дианетика и “Нарконон”) и т. д. Все перечисленное является либо искусственными веществами (фармакологические препараты), либо естественными растениями и минералами (траволечение и гомеопатия), либо определенными мировоззрениями и поведением. Искусственное, придуманное мировоззрение – это дианетика. Примеры естественного мировоззрения – это йога, православная вера.

Все перечисленные вещества и мировоззрения разделяются на две области – то, что исторически и культурно присуще России, родине наших наркоманов и то, что ей не присуще.

Российская культурно-историческая традиция – это православие, исторические предания, сказки, русская культура, а также религии и традиционные культуры народов России. Все это присуще стране России. Если речь идет о русском человеке – это православие, русская старина, народное искусство, история. Если, например, о татарине, то это мусульманская вера, предания, музыка и сказки, история взаимодействия татар, русских, волжских булгар, многое другое.

Если зависимость от наркотика сменяется на зависимость от чего-то культурно-биологически или географически чуждого, то данный человек в дальнейшем обречен на постоянное взаимодействие с “неродственной” культурой, которая, хотя и существует в России, но в виде “осколка” чего-то, “включенного в основную российскую культурную канву (“йога – это тантризм и брахманизм, “12 шагов” – соответствие ценностям западного общества и так далее).

Если же зависимость от наркотика заменяется на то, что присуще определенному человеку по рождению и традиционной культуре, в которой он рос, то это и есть*естественная* зависимость, *такая же как зависимость от хлеба*. Поэтому, по своим долговременным последствиям, такое перенаправление установок, ценностей, зависящего от наркотика человека, является

*100*

самым здоровым, по меньшей мере, безвредным. Естественный выбор образа жизни, исключающий употребление наркотиков, может осуществляться только свободно, без какого-либо “перепрограммирования”, “кодировки” и т. п.

Россия – страна, объединяющая многие народы. По численности в современной России более 85 % населения считают себя русскими. Культура России большинством людей понимается как имеющая стержень – русскую культуру. Поэтому далее я буду рассматривать способ лечения с учетом преобладания у нас именно русской культуры.

*Лечебное “погружение “ в родственную среду*

Так как любой наркотик никогда не существует сам по себе, но всегда включен в определенную среду, вернее в “осколки” чуждых культур, то и лечение от наркотической зависимости есть уход от этих осколков к естественной для данного человека его родной культуре и соответствующему образу жизни. Нужно перейти к этой естественной среде.

Среду, в которой живет человек можно описать как внешнюю и внутреннюю. Внешняя среда – это общество, культура, природные и другие условия жизни. Внутренняя среда – это наше тело и наша душа. У большинства больных наркоманией (около 95 %) их внутренняя среда *изначально* соответствует месту и культуре, где они родились и, хотя бы, какое-то время проживали. Поэтому для большинства выбор лечебной среды для них вполне ясен – это их родная природа и культура. Для оставшихся 5 % это могут быть и “чуждые” земли и культуры.

При всем изначальном соответствии внутренней среды больных наркоманией их родной природе и культуре, все же, в их душе имеются включения “осколочной” культуры, в которой есть место данному наркотику. Поэтому, важным направлением в лечении является психотерапевтическая проработка внутреннего мира наркозависимого человека. Эта работа в значительной мере может осуществляться в виде описанных выше психотерапевтических

*101*

погружений. Самостоятельная работа со своим внутренним миром для страдающего наркоманией состоит в психологическом разрыве связей с “наркоманической тусовкой”, с “друзьями” – наркоманами. Нужно сделать выбор и постепенно, неторопливо внедряться в мир, не имеющий ничего общего с наркотиками. Это может быть работа, общение с природой, книги русских писателей, русская эстрадная, симфоническая и народная музыка. Стержневым направлением является уяснение для себя отношения к православной вере. Это отношение складывается из понимания основ веры, вчувствования в молитвы, из посещения храма и православного образа жизни.

В отличие от “подключения” к чуждому или искусственному миру йоги или сайентологии, человек начинает восстанавливать связь со своей естественной средой – географической и культурной. Происходит воссоединение человека со своей историей, он, наконец, “пускает корни”. Такое воссоединение или укоренение, по мнению многих ведущих философов, психиатров и педагогов резко увеличивает способность человека не только сопротивляться или приспосабливаться к внешним и “внутренним” воздействиям, но и полнокровно и творчески жить.

Необходимо гибкое, ненавязчивое приспособление и изменение внешней и внутренней среды для каждого, страдающего наркоманией. Осуществлять и управлять этим изменением может и сам заболевший, и его друзья, родственники. Конечно, основной точкой отсчета в этой работе является взаимодействие с психотерапевтом. Хотя, мне приходилось сталкиваться с людьми, с которыми у меня не складывалось “хороших” лечебных взаимоотношений, однако, они сами, на своем упрямстве и независимости достаточно уверенно уходили от наркотика. И я, честно говоря, был даже рад в тех случаях, когда заболевший мог обидеться на меня и на этой “злости” бросить наркотик.

Часто приходится слышать: мне нравится эта музыка и не нравится та. Нравится “колд джаз” или Мадонна и не нравится

*102*

симфоническая музыка. Это вещи не сравнимые. И когда мы пытаемся понять то или иное произведение М. П. Мусоргского, И. Ф. Стравинского, это требует от нас определенных усилий, внутренней работы. Но это те усилия, которые выводят человека из “осколочной” среды и включают его в свою естественную среду. Хотя, эта последняя может показаться уже неестественной человеку, погрузившемуся в мир наркотической экзотики. Это можно сравнить с известным фактом: люди, страдающие язвой желудка, часто очень любят все острое, кислое. Но, как раз это им и противопоказано.

Мягкое перенаправление интересов можно осуществлять, например, путем прослушивания и обсуждения относительно более привычных пациентам эстрадных обработок народных песен, затем симфоническую обработку народной музыки русскими композиторами. В итоге (в идеале), как наиболее сложная “проба вкуса” – это прослушивание и понимание фольклорной, записанных “в поле” или у народных исполнителей музыки и песен. Нужно иметь ввиду, что прослушивание такой музыки иной раз и у здоровых городских жителей может встретить непонимание. Способность воспринимать такую музыку и, тем более, получать от нее удовольствие свидетельствует даже о некотором избытке душевных сил человека. Фрагменты фольклорной музыки достаточно легко приобрести в магазинах столицы и других городах.

Слишком резкий переход от “осколочной среды” наркоманической тусовки к естественной природе и культуре может быть достаточно болезненным. Нечто подобное в медицине описывается понятием “экологического шока” Например, человек всю жизнь проживающий в городе выезжает на берег океана и неожиданно, через несколько дней у него обостряется астма. Как ни странно обострение может быть вызвано переходом к более чистому воздуху, но переходом *слишком* быстрым. Поэтому, всякие изменения внутренней и внешней среды должны происходить постепенно и осуществляться “по самочувствию” больного. Создание внутренней и внешней лечебной

*103*

среды состоит в том, чтобы по возможности уменьшить количество “чуждых” вкраплений в эту среду, сделать ее более цельной, внутренне неразрывной. Ведь слово “целить” не только на русском, но и на других языках означает “лечить”, т. е. делать человека целым, а не слепленным из разнородных частичек.

“Погружение” в естественную лечебную среду может осуществляться и буквально, путем временного переезда в другие природные условия, в другую культурно-бытовую обстановку. Такой переезд весьма полезен, особенно, когда наряду с ним имеется возможность чем-то заниматься, трудиться (не менее 1–2-х месяцев, лучше до одного года).

“Погружение” желательно осуществлять в те области, населенные пункты, где сохранилась относительно нетронутая природа и, по возможности, исторически-естественный уклад жизни местного населения.

Весьма тонким должен быть подход к лечению супружеских пар или других близких родственников, совместно употребляющих наркотики. При совместном проживании такие люди всегда, так или иначе, неосознанно напоминают друг другу о наркотиках, часто даже без слов. Поэтому, в общем случае, я рекомендую временное прерывание общения, лучше сроком около года. Но нет правил без исключения, они встречаются, но много реже. Поддерживание взаимоотношений на расстоянии (например, в письмах), может даже иметь положительный смысл – поддержки, надежды.

Во время “погружения” и изменения среды общения страдающего наркоманией очень существенно значительное ограничение связей с близкими родственниками или очень близкими друзьями. Это обусловлено тем, что взаимоотношения больных в семье, как правило, болезненно изменены, незрелы. А для преодоления зависимости от наркотика необходимо душевное вызревание как самого больного в отношении к жизни, так и его близких в отношении к нему самому.

*104*

**Три стороны и три шага в заболевании и выздоровлении от наркотиков**

Отличие наркоманий от других недугов заключается в том, что здесь, как нигде, особенно в начале заболевания решающую роль играет еще до болезни развившийся нравственный недуг, “***неумение различать духов добра и зла”***. Такое же особое значение имеет это умение и в случае окончательного излечения больного “на исходе” заболевания.

Путь в болезнь можно оценивать внутренне, по своему чувству, переживанию в себе определенных изменений. Первый шаг этого переживания – это потеря чувства нравственной определенности и возникновение тревоги. Эта тревога, правда, может и не осознаваться. Человек твердо не уверен в том, что наркотик это зло и, поэтому, решает “один раз попробовать”. После “безнравственного” шага далее возникает душевное расстройство. Последний шаг – это переживание телесного разрушения, физических изменений. В исходе болезни осуществлены все три шага переживания ее человеком. Три шага страдания.

Выход из болезни осуществляется переживанием этих шагов в обратном порядке. Сначала – переживание телесного облегчения и очищения от наркотика. Затем – восстановление душевного равновесия и душевных сил. Окончательный выход из болезни определяется именно нравственной определенностью. Сначала эта нравственная определенность возникает как чисто умственное понятие и, далее, как все укрепляющееся чувство “различения духов добра и зла”.

Внутренний смысл выздоровления от наркотической зависимости для каждого человека – эта внутренняя *работа переживания* своих душевных состояний, возникающих из-за употребления наркотиков и из-за включения в душу человека “осколков” чуждых мировоззрений и мироощущений.

*105*

Чрезвычайно важно единство понятий, языка, на котором больной и психотерапевт описывают изменения смысла и чувств во время лечебного общения. В России такой целостный и исторически-естественный язык для описания оттенков движений души дает, преимущественно, православие. Случаи, когда страдающий наркотической зависимостью не является православным или, тем более, христианином (например, мусульманин, иудей или, даже, атеист) должны рассматриваться особо. Психотерапевту следует серьезнейшим образом разобраться в тонкостях мировоззрения и мироощущения заболевшего. Необходимо, также, вполне отдавать себе отчет в том, в чем же именно состоят различия религиозно-нравственных особенностей психотерапевта и самого больного. Достаточные трудности, по-видимому, могут возникнуть при психотерапевтическом взаимодействии буддиста с мусульманином или иудея с православным христианином.

Сам психотерапевт не может не иметь никакого мировоззрения и мироощущения. Более того, психотерапевт должен иметь гораздо более проработанную умом и сердцем веру. И эта вера не должна быть “общечеловеческой”, ибо “общечеловечность” является слишком грубым ключом к уму и сердцу страдающего человека.

*Христианское понимание психотерапии зависимостей от наркотических веществ*

Вследствие особенностей человеческой природы, отношения человека к собственным состояниям, свойствам и др. процессам с точки зрения христианства могут рассматриваться с трех сторон – природной, душевной (психической) и духовной. Следует особо отметить, что основным в лечении является переход больного бездеятельно-страдательного отношения к собственной болезни – к деятельному, к целостной*личностной направленности* на выздоровление. Переживание – это, собственно, “*работа переживания*” души, внутренняя работа человека со

*106*

своим состоянием, тяжелая работа (“страда”, страдание, болезнь) по выходу из болезни к здоровью. Это, с одной стороны, тесно связано с *отношениями пациента с родителями, родственниками и значимыми для него людьми;* а с другой – *с целью и особенностями лекарственной поддержки лечения* – чуть дальше эти вопросы будут рассмотрены.

Рассмотрим душевные состояния, наиболее часто встречающиеся у пациентов, страдающих наркотическими зависимостями. Эти состояния – собственно влечение к наркотику, тревога, печаль, тоска, уныние, безрадостность, раздражительность, злость. Психологам и психиатрам хорошо известны как душевные, так и телесные особенности этих состояний. Более или менее известны, также, лекарственные и психотерапевтические способы облегчения этих психопатологических проявлений. Рассмотрим вкратце православно-нравственную сторону этих проявлений.

***“Тяга к наркотику”*** – в отличии от состояния бесноватости (например, “белой горячки”, когда человек теряет всякое самосознание), определяется, как состояние одержимости, т. е. лишь *частичная* плененность души злой силой.

***“Тревога”*** – когда о. Иоанна Кронштадтского спросили: “Веруют ли бесы?”, он ответил – “Веруют, но *трепещут!*”. Трепет, тревога являются для нас признаком того, что *злые силы начали* проявлять себя в душе. С научной точки зрения, тревога, также, является первым признаком, свидетельствующим человеку о грядущих переменах.

***“Печаль”*** – более мягкое слово по сравнению со словом **“*тоска”***. Печаль соединена с грустью и скорбью; в печали может быть и лучик надежды, как сказал поэт: “мне грустно и легко, печаль моя светла”. Тоска более настоятельно требует дополнения – “тоска по ...”. Тоска может быть злой, смертной, может быть соединена с томлением (страстью), ***скукой***, а также и с грустью (тоска по Родине). Предмет тоски и печали может быть разным – на пользу и на вред. Печаль на пользу состоит в

*107*

том, “чтобы сокрушаться о своих грехах, о неведении своего заблуждения и о том, чтобы не отпасть от предложенной цели – сподобиться совершенной благости”, освободиться от наркотической зависимости и связанных с ней грехами – в этом состоит печаль по Богу. Но к этому бывает “примешение злобы врага”, такая печаль исполнена неразумием и у святых отцов называется ***унынием*,**тоской о призрачных “наслаждениях”, связанных с наркотиками. В унынии человек теряет веру, силы, его состояние становится совершенно***безрадостным*.**

***Раздражительность*** есть вид ***гневливости*** и ***злобы***. “Гневливый убивает и губит душу свою. ...Он чужд мира и далек от здравия; потому что тело у него непрестанно истаивает, и душа скорбит, и плоть увядает, ...”.

Воздействие на то или иное душевное состояние, по возможности, необходимо производить со всех трех сторон. При необходимости и достаточно серьезном настрое больного следует посоветовать ему или помочь связаться со священником для беседы, или для исповеди и покаяния.

Страдающему от наркотика, следует разъяснить, что вред, нанесенный болезнью телу, обычно лечится, преимущественно, лекарствами и отчасти психотерапией; вред, нанесенный душе – психотерапией и отчасти лекарствами; однако, в основе вреда лежит***зло***, с которым люди спокон веков боролись прежде всего ***молитвой и покаянием*,**и это является обязательной составляющей любой деятельности, направленной на борьбу со злом. Действительное излечение от такого тяжелого недуга как наркомания возможно в том случае, если мы опираемся не только на лекарственные средства и психотерапию, но и боремся со злом, лежащем в его основе так, как завещали нам наши предки.

*108*

**Взаимодействие психотерапии и лекарств в лечении наркотических зависимостей**

Во время “ломок”, похмелья и т. п. лекарственная поддержка направлена, в основном, на уменьшение болевых ощущений страдающего от наркотика, улучшения сна и, в определенной мере, на облегчение душевных состояний. Эти состояния характеризуются, в основном, депрессивными проявлениями. По мере выхода человека из состояния наркотического похмелья и восстановления сна, основной целью лекарственного воздействия все больше становится облегчение депрессивных проявлений, а также устранение таких состояний как чрезмерно поверхностное, “легкое” отношение к своей болезни, собственно тяги к наркотику и др.

Получается, что чем лучше врачу удастся облегчить болевые ощущения и душевные состояния во время и после “ломок”, тем меньше требуется от больного душевных усилий, направленных на совершение внутренней “работы переживания”, во время которой человек приобретает драгоценный опыт и навыки самоуправления своими душевными состояниями. С другой стороны, известны случаи, когда больные самостоятельно, “на сухую”, преодолевали “ломки”, восстанавливали сон, заставляя себя не спать днем – и без всякой лекарственной поддержки. Однако, эти усилия очень выматывали их, а также, у них возникало состояние неоправданно повышенного настроения – все это через относительно непродолжительное время приводило к срыву (обычно через 1–2 месяца). Основной внутренней причиной срыва, по-видимому, в таких случаях являлось именно неоправданно поверхностное отношение к болезни. Вполне самостоятельное и “безлекарственное” преодоление зависимости от наркотика часто порождает несоответствующую своему истинному

*109*

состоянию переоценку собственных сил, чрезмерную легкость в оценке тяжести своей зависимости от наркотика, появление первых мыслей подобных следующей: “ ...если я уже выдержал такую тяжелую и длительную борьбу, то я могу позволить себе один-два раза принять наркотик и больше не возвращаться к нему”. Но так не бывает, человек снова втягивается в болезненную зависимость.

Состояние “неоправданного оптимизма”, переоценка собственных сил и чрезмерно хорошее настроение в сочетании с легкостью отношения к своей болезни по мнению многих опытных наркологов является основной опасностью для выздоравливающего. Действительно, человек только-только сделал “шаг из могилы”, а уже обрел вполне “наплевательское” отношение к страшной болезни – такое отношение просто не соответствует истинному положению вещей. А истинное положение вещей таково – опасность еще смертельна (и это не преувеличение), нужна крайняя бдительность еще долгие месяцы (по меньшей мере один год). Этому положению больше соответствует душевная собранность, стойкость, осознание опасности, чем оптимизм.

Поэтому, наилучшее сочетание душевных усилий страдающего от наркотиков, направленных на “работу переживания”, в общем виде, состоит в том, чтобы поддерживать такой уровень лекарственной поддержки, который обеспечивал бы для него обязательную возможность совершения ***посильной*** работы переживания.

Причем, вопреки некоторым устоявшимся в медицинской науке “клише”, ***ведущую***роль в целостном лечении играет именно приобретение человеком опыта самоуправления своими душевными состояниями, приобретаемого во время внутренней работы переживания. Лекарственная поддержка, направленная на обеспечение обязательного, но посильного душевного труда страдающего наркоманией, имеет вспомогательное, ***служебное*** значение в целостном лечении зависимости от наркотика. Впрочем,

*110*

это справедливо, по-видимому, для лечения болезней вообще, а для душевных расстройств имеет первостепенное значение. ***Без деятельного отношения человека к своей болезни лечение, по большому счету, бессмысленно***. Лекарство, как правило, следует рассматривать как необходимый, но временный “костыль”.

Наряду с духовно-нравственным содержанием души человека, его отношением, состояниями, свойствами, с точки зрения культурных и природных различий рассматривается и материальное, биологическое взаимодействие человека с окружающей средой. Важнейшим способом этого взаимодействия, по замечанию В. И. Вернадского, является питание. И, добавлю – прием лекарственных средств. Если определение природно-культурного происхождения химико-фармакологических препаратов, подчас, является затруднительным, то применение лекарственных трав и других природных веществ в этом смысле является вполне “прозрачным”. Ведь всегда ясно, например, происходит ли данное лекарственное растение из сходных или различных природных условий по сравнению с местом рождения и проживания данного человека. Внедрение в организм человека достаточно “чуждых” для него веществ, требует дополнительных усилий для их усвоения. А эти силы у больного далеко не всегда есть. Вот известный пример из диетологии. До недавнего времени у детей, родившихся в Центральной России, не наблюдалось аллергии на яблоки, в противоположность, скажем, апельсинам и мандаринам (диатез). Но, когда яблоки стали привозить из дальних стран (Ливан, Греция), эти аллергические проявления стали гораздо более частыми.

Другими словами, все, что мы употребляем в пищу для питания или как лекарственные средства – для лечения, может проявить себя и с другой стороны. “Приспособление” души и тела человека к некоторым лекарствам может потребовать от него слишком больших усилий.

Условия для деятельного отношения к выздоровлению создаются: (а) собственно психотерапевтическими способами поддержки

*111*

правильной душевной направленности страдающего от наркотиков; (б) лекарственной поддержки с целью обеспечения именно посильной внутренней работы больного; (в) создание необходимого изменения содержания внутренней и внешней среды больного.

Внутренняя среда изменяется в процессе непосредственно психотерапевтических занятий, в частности, в виде “погружений” в относительно менее осознаваемые состояния или “измененные состояния сознания”. Внешняя среда больного изменяется временным “погружением” в необходимые природные и традиционно-культурные условия.

“Работа переживания” обязательно должна включать в себя, в общем случае, взвешенные для данного больного трехсторонние усилия: преодоление телесных страданий, страдания душевные и муки духовно-нравственного самоопределения, поиск для себя внутренней возможности ***уверенного разделения добра и зла, по меньшей мере, в отношении к наркотикам и связанной с ними “осколочной” среде, возможности уверенного нравственного отвержения “наркоманического” образа жизни***.

Для каждого больного показателем “взвешенности” необходимых трехсторонних усилий является выработанные ***совместно с психотерапевтом, близкими людьми и врачом*** долговременные и ближайшие цели лечения, замысел деятельности необходимой для их достижения. Этот замысел разрабатывается на основе исходного деятельного отношения страдающего наркотической зависимостью к лечению и должен учитывать следующее”.

(а) степень тяжести переживания больным своего телесного, душевного и духовно-нравственного состояния;

(б) оценку врачом и психотерапевтом степени прямого и побочного воздействия лекарственных средств;

(в) оценку психотерапевтом, врачом и близкими к больному людьми прямого и побочного воздействия психотерапии.

*112*

**Усилия родителей и других значимых для страдающих наркоманией людей**

Взаимоотношения в семьях больных, страдающих наркотическими зависимостями и злоупотребляющих вином, водкой и другими веществами, почти всегда нарушены. Причем нарушены не только со стороны больных, но и со стороны всех близких ему людей. Эти отношения представляют собой единое целое и не могут рассматриваться вне взаимной связи.

Вспоминаю такой случай. Мать привела ко мне свою дочь, страдающую героиновой наркоманией. Дочь была совершенно равнодушна ко всему окружающему – она согласилась лечиться “ради мамы”. Мать, образно говоря, в этой ситуации “аж трясло”. Я начал работать именно с матерью – ведь запрос на неблагополучие был именно с ее стороны. Через некоторое время депрессивное состояние матери улучшилось, она стала меньше переживать за дочь. А у дочери, напротив, развилась тревога – мать стала гораздо меньше “прыгать” вокруг нее. Возросшая тревога дочери и послужила для нее косвенным мотивом общения со мной – психотерапия непосредственно с дочерью стала возможной только на этом этапе. Данный случай иллюстрирует тот факт, что психотерапия наркоманий (и не только их) требует работы с ***целой*** семьей. При этом начинать работу нужно с того члена семьи, которому психотерапия в тот момент требуется в наибольшей степени – это “болевая точка” всей семьи.

Близкие больного, поддерживающие такого рода в большей или меньшей степени незрелые в душевно-нравственном смысле, болезненные отношения, как правило, чрезмерно его опекают, сами они в большинстве случаев внутренне тревожны, а положение, складывающееся в связи с болезнью их родственника усиливает их тревожность до уровня, когда существенно

*113*

нарушается их мышление и поведение. Такие взаимоотношения скорее напоминают взаимоотношения с маленьким ребенком – Он безответственен, неосознанно “лжив”, “не думает о других”, “находится в мечтах” и т. д. Существенно то, что сами близкие могут проявлять себя не менее “эгоистично”. Если тревога и беспокойство кого-то из близких за состояние больного станет слишком высокой, то их действия и поступки служат уже скорее для облегчения собственного состояния, “сброса” накопившегося напряжения. В таких случаях эти действия со стороны близких больному людей являются достаточно непродуманными, “взрывными” и закрепляют сложившееся нарушение взаимоотношений. Эти действия проявляются в задабривании больного, обещаниях ему различных благ, если тот бросит наркотики или, напротив, в слишком жестком вторжении в его внутренний мир, чрезмерная (и бесполезная) подозрительность и так далее.

Например, мать, находящаяся в состоянии, близком к паническому, по ее словам “готова лечь на рельсы” ради спасения собственного сына (19 лет) от наркотика (в данном случае героина) и боится “оставить его без присмотра хоть на минуту”. В то время, когда сын, по совету психотерапевта, находился в глухой деревушке (метод природно-культурного “погружения”), она задает вопрос: “Как вы думаете, мне поехать к нему? Мой сын звонил мне на днях”. Встречный вопрос психотерапевта: “А что ответил сын на ваше предложение приехать к нему?”. Мать: “Он сказал, ...он сказал: да пошла ты!”. Психотерапевт, выдержав некоторую паузу, спросил: “Ну и как вы думаете, ехать вам к нему сейчас или нет?”. Мать уже более уверенным тоном отвечает: “Думаю, что нет”. Психотерапевт замечает, с улыбкой: “Ответ правильный”. Мать смеется, напряжение спало: “Спасибо вам. Мне все время нужно, чтобы кто-то поддерживал меня в выборе правильного решения”.

Та же мать, по истечение нескольких месяцев пребывания сына в деревне звонит психотерапевту и возмущенно сообщает:

*114*

“Вы знаете, он там с этими мужиками водку пьет?”. Психотерапевт спросил: “И много?”. Мать: “Да, вот в субботу, после танцев выпили!”. Психотерапевт: “А вы хотите, чтобы он в городе “престижный” героин употреблял?”. Мать, задумавшись: “Наверно, нет”.

Работа со значимыми для страдающих зависимостями от наркотиков людьми не менее важна, чем работа с самим больным. В ряде случаев, помимо психотерапии, для близких к больному людей необходима лекарственная поддержка, что встречается отнюдь не редко – у родственников часто нарушается сон, возникают тревожные, депрессивные расстройства. А такие расстройства, в свою очередь, плохо влияют на состояние больного тем, что усугубляет незрелые, нарушенные отношения в семье.

Взаимоотношения между больным и его близкими людьми рассматриваются с точки зрения природно-культурного смысла этих отношений. Скажем, от пациентов из патриархальных семей, где относительно сохранены родовые традиции, особенно из некоторых областей Кавказа и Средней Азии не следует какого-то особо самостоятельного и деятельного подхода к жизни, если эта самостоятельность противоречит решению семейного совета, жизненному укладу данного народа, законам, законам шариата и т. п. Здесь действуют иные законы развития личности, свойственные культуре и природе данного народа. Психотерапевту и врачу в таких случаях необходимо обладать соответствующими и немалыми знаниями обычаев, законов, веры, умения чувствовать эту страну, душевного состояния больного. В подобных случаях, желательно, также взаимодействие и консультации с профессиональными этнологами, антропологами и историками.

*115*

**Этапы психотерапии зависимостей от наркотиков**

***1 этап.*** Характеризуется наличием у больного зависимости от определенного наркотического вещества и отсутствием у него желания преодолеть эту зависимость, обращаться к врачу и т. п. Здесь больной проявляет “видимость желания” преодолеть имеющуюся зависимость самостоятельно или с помощью врача, однако, при полной бездеятельности на деле и срыве любых попыток близких и родственников как-то содействовать его лечению.

Нужно выждать время, когда больной сам, по тем или иным причинам обратится за помощью. В работе с его семьей или значимыми для него лицами необходимо создать “проблемную ситуацию”, которая, как известно, способствует проявлению душевных усилий и, в известной мере, творческих возможностей человека. Этому способствуют:

(а) отсутствие у больного денег на наркотики (следует перекрыть все мыслимые для него источники денег; по возможности, спрятать, отдать знакомым все ценные вещи в доме и т. д.)

(б) осознание бесполезности увещеваний, угроз и создание в семье такой атмосферы, в которой больной начинает чувствовать, что ни в нравственном, ни в денежном отношении он уже больше не может рассчитывать на помощь близких. Вследствие этого возникшая тревога может побудить его как личность на преодоление определенной незрелости в отношении к болезни.

Естественно, что указанные выше изменения в большинстве случаев можно осуществить лишь под руководством психотерапевта. В любом случае, цель – изменение духовно-нравственной атмосферы, в которой находится больной, таким образом, чтобы поставить его перед необходимостью что-то изменить в прежнем образе жизни, вызвать чувство

*116*

беспокойства и неудовлетворенности существующим положением вещей.

Больные, страдающие зависимостью от психостимуляторов, как правило, редко обращаются за помощью к врачу или психотерапевту. Обычно, осознание ими зависимости от наркотика происходит в результате каких-то жизненных трагедий произошедших в следствие злоупотребления наркотиками – угрозы развода с любимым супругом, смерти близкого человека и пр.

***2 этап.*** На данном этапе больной обращается к врачу или психологу и, как правило, ложится в больницу, становится, собственно, пациентом.

До начала “ломок” после последнего приема опия (8–12 часов) с больным возможно психотерапевтическое взаимодействие, во время которого больному следует разъяснить весь путь лечения. Следует разъяснить, что “ломки” это самый легкий этап преодоления зависимости и, что на последующих этапах лечения наиболее опасными являются периоды “кажущегося выздоровления”, при котором возникает хорошее настроение, чувство прилива сил и поверхностное отношение к наркотику, желание “один раз уколоться и завязать” или что-то в этом роде. Для больного стоит задача понять, что преодоление зависимости от наркотика – это ***изменение образа жизни, ценностей***.

Для злоупотребляющих психостимуляторами данный этап на практике отсутствует ввиду относительно быстрого перехода состояния больного вследствие приема наркотика – к резкому спаду настроения.

***3 этап.*** Этот этап психотерапии целиком приходится на фазу “ломки” или наркотического “похмелья”. Больные здесь, отчасти и вследствие фармакологического лечения, нередко заторможены и, в то же время, тревожны, навязчивы в общении, в своем стремлении как-то отвлечься от своего субъективно неприятного состояния. Психотерапевтическое взаимодействие с ними в это время затруднено, однако, больной именно в это время может привязаться к поддерживающему его психотерапевту

*117*

(кроме того, нередко, после непродолжительных психотерапевтических “погружений” возможно кратковременное облегчение “ломок”). Такая “привязанность” обычно сочетается с чувством доверия к психотерапевту, что, в определенной мере обуславливает успешность дальнейшей психотерапии.

Для зависимых от психостимуляторов во время резкого снижения настроения после прекращения наркотизации (обычно от 1 до 3-х суток) психотерапевтическое общение с больным затруднено, вследствие развития у них тревожного возбуждения, подозрительности, страхов, депрессивных проявлений.

***4 этап.*** На этом этапе начинается основная работа по психотерапии наркотической зависимости. Осуществляется постепенное создание (организация) *внутренней и внешней среды пациента*. В качестве завершающей стадии психотерапии желательно более или менее длительное *погружение* пациента в природно-биологические условия, согласованные с его внутренней средой.

**5 *этап.*** Представляет собой продолжение четвертого этапа и включает более или менее длительную психотерапевтическую поддержку, психотерапевтические “погружения”, а также, в случае необходимости – определенную лекарственную поддержку.

*118*

**ИТОГ**

Суть лечения в зависимости от наркотических веществ состоит в том, чтобы создавать больному человеку условия, в которых он был бы способен совершать ***посильную*** для него ***внутреннюю работу переживания***. Каждый человек находится в постоянной зависимости от многих вещей – от хлеба, воздуха, совести, от своих близких. Это***нормальные зависимости***. Если человек зависит от чего-то чуждого собственной традиционной культуре или природно-биологическим условиям жизни, то эта зависимость может стать ***болезненной***. Зависимость от наркотика полностью излечивается лишь тогда, когда она замещается зависимостью от естественных природных и культурно-исторически сложившихся ценностей своей родины.

**Этнофункциональная психотерапия —**

такое название носит метод, на котором основано все, что изложено в настоящей книге. Он является самым современным и эффективным в лечении наркоманий, алкоголизма, депрессий, некоторых других психических расстройств. Особое значение этнофункциональная психотерапия и психопрофилактика имеет для детских проблем воспитания и обучения и проблем внутрисемейных взаимоотношений в целом.

*119*

Этот подход основан на том, что каждая частичка человека – телесная, душевная, духовная обладает **“этнической функцией”**, т. е. либо отделяет, либо объединяет данного человека с тем или иным народом, культурой, с той или иной страной.

|  |
| --- |
|  |

***Для консультаций, лечения, психологической реабилитации и психотерапии наркотических зависимостей и алкоголизма, а также для обучения методике обращаться в «Лечебный центр «Адаптация» — см. далее.***

*120*

ЛЕЧЕБНЫЙ ЦЕНТР «МНЦП»

Лечение, психотерапия  
и психологическая реабилитация зависимостей  
от наркотиков, алкоголя и токсических веществ.

В нашем центре работают специалисты  
высшей квалификации,  
доктора и кандидаты наук.

**Телефоны для справок:**

**(495) 197–09–33; 946–30–81.**