

ELISABETH LUKAS
FRANKL
UND
GOTT

перевод с немецкого
Марины Виноградовой

ЭЛИЗАБЕТ ЛУКАС
ФРАНКЛ
И
БОГ

откровения
психотерапевта
о религии
и Боге

МОСКВА
НИКА
2020

Вклад человека в свою депрессию

В наше время наметилась тенденция лечить депрессию одним способом — антидепрессантами. Но ведь антидепрессанты показаны лишь в том случае, если у пациента имеются нарушения в нейромедиаторных системах мозга, а это наблюдается далеко не у всех людей, страдающих депрессией. Причиной депрессии может оказаться какое-то трагическое переживание или конфликт ценностей и мировоззренческая путаница. В такой ситуации компетентный психотерапевт, разумеется, обратится к другим методам лечения.

Здесь стоит обратить внимание на один интересный момент. Даже

если депрессия не имеет никакой внешней причины и вызвана только функциональным дисбалансом (часто унаследованным и проявляющимся эпизодически), все же можно распознать и духовную составляющую, которую приносит в болезнь сам человек. Такие симптомы, как витальная подавленность или желание уйти в себя, аналогичны и для больных животных, но то, что

пораженный болезнью человек... переживает свою несостоятельность как вину по отношению к своей совести или своему Богу, уже не связано с эндогенной депрессией.

Скорее это говорит о чем-то другом, что лежит за пределами болезни, но способно подорвать электрохимические процессы, влияющие на психику. Духовная часть личности сохраняет свою активность и во время болезни.

Конечно, иррациональное, преувеличенное чувство вины не исчезнет от простых уговоров, но врач может добиться, чтобы больной попытался это чувство игнорировать — в надежде на избавление от депрессии и от тех лживых представлений, которые она ему внушает. И тогда ему станет ясно, в чем он действительно, реально виноват, а в чем нет.

Навязчивые богохульные мысли

Духовным пастырям, не прошедшим психотерапевтическую школу, важно знать, что наряду с чувством вины за реальные проступки у человека могут быть и пустые фантазии на тему своей «испорченности». Их следует относить к симптомам невротического расстройства и ни в коем случае не принимать всерьез, не давать себя вовлечь в рассуждения о покаянии, искуплении, исправлении. Пациенты часто страдают от ненужного и надуманного чувства вины — не только под влиянием меланхолической депрессии, но и при навязчивом стремлении к безупречным логическим построениям.

Особую форму представляют собой навязчивые богохульные представления, овладевающие верующими людьми и порождающие в них мучительную боязнь совершить какое-нибудь бессмысленное святотатство. При лечении таких больных хороший эффект дают меры, направленные на укрепление их доверия Богу. Пациенту надо объяснить, от какой болезни он страдает, а затем попросить его запомнить, например, такую словесную формулу:

**Несомненно, Бог не хуже
меня знает, что навязчивые
богохульные мысли появляются
у меня сами по себе, помимо моей
воли и далеки от моих подлинных
религиозных чувств.**

Постепенно человек поймет, что Бог «ставит диагнозы» не хуже, чем его лечащий врач, и Бог знает, что причина невротических навязчивых

представлений коренится там, где и есть ее истинное место — в измученной безжалостными первичными страхами психике, а не в сердце верующего человека.

Личность не может уничтожить первичные страхи, навязчивые фантазии (каково бы ни было их происхождение), здесь она не свободна. Но она свободна внутренне дистанцироваться от них и подняться над ними, опираясь на правильные установки. Искусство психотерапевта и состоит в том, чтобы подключить ее к этой «последней свободе».