



Более 100 лет назад в Германии вышел сборник «Здоровье, его сохранение, расстройства и восстановление – настольная книга для семьи». Его составители, профессор Р. Косман и приват-доцент Ю. Вейсс, привлекли для работы самых авторитетных специалистов того времени. В России этот двухтомник (со вступительной статьей профессора О. Эрисмана) вышел в издательстве Брокгауза и Ефрона в 1907 году.

О психической составляющей здоровья человека в книге рассказывает Зигмунд Фрейд, сегодня более известный как основатель психоанализа, а тогда – как успешно практикующий невролог. Отрывок из его статьи предлагаем вашему вниманию.

Лечение души и тела

При известных душевных состояниях, которые называют «аффектами», участие тела так очевидно, так велико, что, по мнению некоторых исследователей души, сущность аффектов только и заключается в этих выражениях. Кто не знает, какие резкие изменения в выражении лица, в кровообращении, в возбудимости произвольных мышц совершаются под влиянием, например, страха, гнева, душевной боли, полового экстаза. Состояния продолжительного аффекта мучительного или, как говорят, «депрессивного» характера (горе, забота, печаль) понижают питание тела, вызывают поседение волос, исчезновение жира и болезненное изменение стенок кровеносных сосудов. Наоборот, под влиянием радостных возбуждений – «счастья» – все тело расцветает, и человек точно молодеет.

Сильные аффекты находятся, очевидно, в тесной связи с сопротивляемостью заразным болезням. Врачам хорошо известно, например, что лагерные болезни и кровавый понос (дизентерия) сильнее свирепствуют в побежденной армии, нежели среди победителей. Аффекты, и притом почти исключительно депрессивные, часто сами по себе уже служат причиной заболеваний нервной системы с видимыми анатомическими изменениями, так же как и заболеваний других органов.

Существующие болезненные состояния могут резко изменяться, большей частью к худшему, под влиянием бурных аффектов. Бывает, однако, и так, что сильный испуг, неожиданное горе производят какой-то особенный переворот в организме, который действует благотворно на болезненное состояние и даже излечивает его. Не подлежит, наконец, никакому сомнению, что продолжительность жизни может быть значительно сокращена под влиянием депрессивных аффектов, и что сильный испуг, жгучее огорчение или стыд могут внезапно положить конец жизни; интересно, что такой исход может быть также следствием неожиданной сильной радости.

Процессы воли и внимания точно так же могут в сильной мере влиять на телесные процессы и играют большую роль при физических заболеваниях. Один великий английский врач сообщил о себе, что ему удается вызывать разнообразные ощущения и боли в любом месте тела, на котором он сосредоточит внимание; то же самое может сказать о себе, по-видимому, большинство людей. При оценке болей, которые вообще причисляются к физическим явлениям, следует всегда принимать во внимание очевидную зависимость их от душевных условий. Профаны, которые охотно относят подобные душевные влияния к «воображению», относятся



Профессор Зигмунд Фрейд

презрительно к болям вследствие воображения, от которых они отличают боли вследствие ранений, болезней или воспаления. Это совершенно несправедливо. Боль несколько не делается меньше от того, зависит ли она от воображения или от другой причины.

Подобно тому, как боли появляются или усиливаются от сосредоточения на них внимания, точно так же они могут исчезать, если отвлечь внимание. И весьма возможно, что твердая решимость выздороветь или, наоборот, желание умереть не безразличны для исхода тяжких и сомнительных случаев заболевания.

Больше всего заслуживает нашего внимания душевное состояние ожидания, которое в состоянии мобилизовать целый ряд самых активных душевных сил для заболевания и для выздоровления от физических болезней. Было бы важно установить, имеет ли оно такое же значение для самого факта заболевания; правда ли, например, что во время господства эпидемии наибольшей опасности подвержены те, кто боится заболеть. Наоборот, то состояние, которое называют полным надежды и ожиданием с верой, представляет активную силу, с которой, строго говоря, мы должны считаться при всех наших опытах лечения и исцеления. Иначе мы не могли бы объяснить себе те особенности, которые наблюдаются при действии лекарств и способов лечения. Особенно очевидно влияние «ожидания с верой» при так называемых чудесных исцелениях, которые еще по сей день совершаются на наших глазах без содействия врачебного искусства. Для их объяснения нет надобности искать иных сил, кроме душевных. При этих условиях не происходят какие-либо действия, которые были бы непонятны для наших познаний. И здесь все происходящее естественно. Сила религиозной веры находит подкрепление в целом ряде чисто человеческих импульсов. Набожная вера отдельного индивидуума усиливается энтузиазмом толпы, вместе с которой он идет к святому месту. Это обаяние толпы необычайно поднимает все душевные движения отдельного человека. Там, где нет влияния толпы, его заменяет для данного лица слава, ореол, окружающий святыню.

Но и те, кто не верует, не должны отказываться от возможности чудесного исцеления. Известность и влияние толпы заменяют в этом случае религиозную веру. В каждое время есть модное лечение и модные врачи, которые пользуются особым обаянием в обществе. Модное лечение обнаруживает здесь целебное действие, которое не лежит в сфере его власти. В руках врача, сделавшегося известным потому, что он помог какой-нибудь известной особе, обыкновенные средства действуют гораздо сильнее, чем у других врачей. Чудеса, стало быть, творятся не только божеством, но и людьми. Разница лишь та, что эти люди, поднятые на высоту модою и подражанием, быстро тускнеют, что вполне соответствует характеру сил, выдвинувших их.

Понятное недовольство врачебным искусством, которое часто оказывается несостоятельным, быть может, также внутренний протест против насилия научной мысли, которое напоминает человеку о неумолимости природы, во все времена, как и в наши дни, создавали замечательные условия для самых

разнообразных естественных лечебных средств и естественных лецителей, с которыми врачам приходится конкурировать, и о которых мы можем сказать с полужительностью лишь одно, что они гораздо чаще вредят жаждущим помощи, нежели приносят пользу. Хотя мы в этом случае имеем основание быть недовольными «ожиданием с верой» больных, но не следует быть неблагодарными: нужно помнить, что та же сила постоянно помогает и нам в нашем врачебном искусстве. По всей вероятности, действие каждого лекарства, которое прописывает врач, каждой операции, которую он производит, складывается из двух частей. Одну из них, которая бывает то больше, то меньше, и которой ни в коем случае не следует пренебрегать, составляет душевное состояние больного. Ожидание с верой, с которым больной встречает непосредственное влияние врачебного предписания, зависит, с одной стороны, от силы его собственного стремления к выздоровлению, а с другой – от доверия к сделанному шагу, следовательно, от уважения к врачебному искусству вообще и даже просто от симпатии, которую возбуждает в больном врач как человек. Иные врачи в гораздо большей степени внушают доверие больным, чем другие; больной часто чувствует уже облегчение, когда такой врач входит к нему в комнату.

Во все времена и прежде в еще большей мере, чем теперь, врачи применяли психическое лечение. И если под психическим лечением подразумевать стремление вызвать у больного душевные состояния и условия, наиболее благоприятствующие исцелению, то исторически это будет самый древний способ врачевания. Древние народы едва ли имели в своем распоряжении что-либо другое, кроме психического лечения; поэтому действие целебных напитков и все свои мероприятия они никогда не забывали подкрепить настойчивым лечением души. Известные употребления колдовских выражений, очистительных ванн, вызывание посредством оракула сновидений во время сна в храме и прочее могли оказывать целебное действие только психическим путем. Личность самого врача действовала лишь потому, что проистекала из божественного источника, так как в то время врачебное искусство находилось в руках жрецов. Следовательно, тогда, как и теперь, личность врача являлась одним из главных факторов той обстановки, которую создавало у больного душевное состояние, благоприятное для исцеления. ✨



Подготовила
Н. Токарева