

АНАТОЛИЙ МАТЕНКО

БОЛЕЗНИ С ПРОПИСКОЙ «НА ЧЕРДАКЕ»

ИЗ ПРАКТИКИ ВРАЧА ГИПНОТЕРАПЕВТА

«Unsere Welt» Германия 2011

Anatoli Matenko
Heilpraktiker
Arztdiplom
Allgemeinmedizin 1968
(Jekaterinburg)

Hospitalstrasse 20
71634 Ludwigsburg
Тел.: 07141 – 90 62 89

Книгу можно приобрести по телефону:

07141 – 90 62 89 или

E-mail: anatoli@matenko.de

VERLAG „UNSERE WELT“
ARGONNENSTRASSE 3A
83026 ROSENHEIM
EMAIL: bellajordan@gmx.de
Tel. 08031/46 32 62

Наше издательство к вашим услугам!
Высокопрофессиональная офсетная и дигитальная печать
Дизайнерское оформление любой печатной продукции
Подготовка авторских манускриптов к печати
(*малые и большие тиражи*)
Редактура и корректура текста
(*русский язык*)
Бесплатные консультации



На фото (слева направо):

Известный немецкий телеведущий Юрген Флиге,
доктор Анатолий Матенко и счастливый пациент избавленный от
сильных болей в позвоночнике и шума в ушах.

Я хочу обратить ваше внимание на нашего российско-прибалтийского коллегу, доктора медицины Анатолия Матенко, высококвалифицированного врача психотерапевта, который организовал и руководил в Таллине центром безлекарственной терапии. Доктор Матенко практиковал не только в области своей специализации, но и в ортопедии, в клинике заболевания сосудов, внутренних органов, к тому же обладает удивительной способностью лечить при помощи мануальной биоэнергетики. Его работа выходит далеко за рамки так называемого «ментального лечения». Я просмотрел видеofilm о докторе Матенко, объясняющий его способности на примере пациентов, к которым доктора привлекали тогда, когда обычная, традиционная медицинская помощь была малоэффективной.

Доктор Матенко обладает той русской любезностью, которая уже вошла в поговорку, и владеет обширными знаниями в сфере достижений русской медицины в области снятия стресса при помощи абсолютно неизвестных в Германии методик, в том числе и методики лечения системой „mountain air“ (горный воздух). И в этой связи я тоже просмотрел видеofilm, где «пациентами» были подопытные крысы. Увиденное произвело на меня большое впечатление.

ЙОГАН АБЕЛЕ,
доктор медицины,
Президент Германского Союза врачей натуропатической медицины, практикующий врач.

– ОГЛАВЛЕНИЕ –

ЛЕЧИТЬ НАДО КОМПЛЕКСНО

МОБИЛИЗУЮЩИЕ СИГНАЛЫ И МАТРИЦЫ-СХЕМЫ

ЛЕЧЕБНОЕ ГОЛОДАНИЕ И ОПТИМИЗМ

У СТРАХА ГЛАЗА ВЕЛИКИ

МОЗГОВОЙ КОМПЬЮТЕР И САМОПРОГРАММИРОВАНИЕ

АЛЛЕРГИЯ И ГИПНОЗ

МОТИВАЦИЯ – ЗАЛОГ УСПЕШНОГО ЛЕЧЕНИЯ

НЕРВНЫЙ СТРЕСС И НЕВРОТИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ

СЕКСОПАТОЛОГИЯ И СЕМЕЙНОЕ СЧАСТЬЕ

НЕВРОЗ НАВЯЗЧИВЫХ СОСТОЯНИЙ

КАК НАШЕ СЛОВО ОТЗОВЕТСЯ

БОЛЕЗНЬ, КАК ЗАЩИТА, И ПАМЯТЬ БОЛИ

КЛИМАКС, ПСИХИКА И... СЕРДЦЕ

КОСМЕТОЛОГИЯ БЕЗ КРЕМОВ

ЗДОРОВЫЕ ВОЛОСЫ – ИСТИННОЕ БОГАТСТВО

СЛОВОМ МОЖНО СПАСТИ, СЛОВОМ МОЖНО УБИТЬ

БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ

АТАКИ ПАНИКИ

РИСУНОК РЕБЕНКА – ЗЕРКАЛО ИСТИНЫ

РАЗЛИЧНЫЕ РОЛИ ВРАЧА ПСИХОТЕРАПЕВТА

БОЛИ В СПИНЕ – ПРОБЛЕМЫ ВСЕГО ОРГАНИЗМА

СТАРОСТЬ – ЕЩЕ НЕ ПРИГОВОР!

БОЛЕЗНИ МОГУТ ЖИТЬ «НА ЧЕРДАКЕ» ГИПНОЗ

В этой книжке я описываю некоторые приемы и методы моего лечения различных заболеваний, привожу примеры из многолетней врачебной практики, вспоминаю своих многочисленных пациентов и истории их болезней, а также говорю о поразительных возможностях и результатах психотерапии.

Вся наша жизнь состоит из случайностей и парадоксов.

В этом я в очередной раз убедился, когда только-только начал «применять» себя по приезду в Германию – страну прогресса и цивилизации, как я считал. А посему я писал в бевербунгах, что считаю психотерапию искусством, и поэтому в профессии всегда шёл своим путём. Но как раз-таки это писать было чрезвычайно неумно. Года три я отчаянно «барахтался» в надежде получить работу или годичную практику в клинике. Дважды в вежливом отказе из клиник писалось, что, «к сожалению», у меня слишком высокая квалификация для должности ассистента врача и, следовательно, «это может стать не слишком желательным в небольшом врачебном коллективе».

Но вот, **случайно**, один знакомый немец подсказал мне сдать экзамен на хайльпрак-тикера, чтобы получить право законно лечить людей, но только натуральными методами. Это была действительно гениальная идея – продолжать делать то, чем занимался всю свою профессиональную жизнь. Так я вновь обрёл счастье быть в любимом деле, да ещё впридачу относительную свободу действий без поклонов и лизания шефу «одного интересного места».

После сдачи серьезного государственного экзамена, – на который меня очень не хотела допускать главная хайльпрактикерин этого района, заявляя: «Вы врач, вот и работайте врачом, а у нас своя специфика», – неожиданно опять помог счастливый случай.

Меня **случайно** нашёл Herr Hiller, которому, опять же **случайно**, рассказали о русском враче, который, вероятно, **случайно**, кому-то хорошо помог, сняв боли в ногах и пояснице. У этого герра Хиллера был целый букет болезней – хроническая почечная недостаточность на фоне тяжёлого сахарного диабета. Он трижды в неделю ездил на почечный диализ (очищение крови в течение нескольких часов), каждый день делал себе инъекции инсулина. Меня же герр попросил снять или, по крайней мере, уменьшить мучительные боли в ногах, так называемую невралгию, которую вот уже больше года невозможно было купировать лекарствами.

Сильные боли случались у него в основном ночью. Несчастный потерял сон и бродил «как мученик» из комнаты в комнату. Веселый, жизнерадостный, мудрый предприниматель, который, к тому же, раньше хорошо пел, танцевал, играл на аккордеоне, превратился в совершенно потерянного человека в безысходной ситуации.

Hiller со всей страстью и желанием воспринимал все предлагаемые мной методы. Говорил, что это для него совершенно ново и чрезвычайно интересно. Через несколько недель лечения у него восстановился непродолжительный, но хороший ночной сон. Через полтора месяца боли в ногах стали реже, а через полгода – полностью прошли.

Откровенно говоря, я рассчитывал, что хотя бы уменьшу боли и облегчу состояние больного, но боли, повторяю, полностью прекратились, несколько снизился сахар в крови, и человек буквально ожил. Так я стал домашним «исцелителем» для всей большой семьи Hiller. Он поручился за меня в банке, я по-

лучил деньги, купил кое-какое медицинское оборудование и открыл собственный практикус.

Этот случай ещё больше убедил меня в том, что чем тяжелее болен человек, чем крепче у него стержень воли к победе, желание жить любой ценой, тем больше у меня шансов получить положительный результат. Ведь известно из истории войн, что раны у победителей заживали быстрее, чем у побеждённых.

ЛЕЧИТЬ НАДО КОМПЛЕКСНО

В психотерапевтическое направление медицины меня тянуло уже давно, когда я был еще терапевтом-пульмонологом (болезни легких). И как только выпала возможность, точнее сказать, как только была «выбита» возможность, я поехал в 1972 году в Москву на курс главного психотерапевта страны В.Е. Рожнова. Профессор, с громовым голосом и кучей написанных статей и книг, увлекал курсантов-врачей своей невероятной энергией. Несмотря на то, что это были многоопытнейшие заведующие терапевтическими отделениями республиканских больниц, им казалось странным, что ряд болезней можно лечить не только лекарствами. Это попахивало мистикой. А когда профессор заявил, что действие 50-ти процентов любого медикамента можно отнести на счет самовнушения, некоторые коллеги называли это чушью. Какова эта, так называемая «чушь», стало мне ясно с годами практического опыта.

Вспоминается одна давняя, можно сказать, забавная ситуация в Крыму, в Керчи, когда мы гостили у родителей жены. Возвращались мы с пляжа, медленно шли, разморенные солнцем, по небольшой аллее, которая вела к городской больнице. Вдруг слышим, вроде кто-то сзади тяжело дышит или стонет. Я повернулся и увидел средних лет женщину, которая стояла, оперевшись одной рукой о ствол дерева. Голова ее была опущена. Сработал рефлекс врача. Я быстро подошел и спросил, не нуж-

на ли помощь. Женщина покачала головой, на бледном лице появилось что-то вроде слабой улыбки.

«Большое спасибо за внимание. Я возвращаюсь из больницы после проведенного курса лечения. Столько лекарств переела и дней десять только лежала, вот и развилась слабость. У меня язва желудка, и в последнее время были сильные боли».

«Сейчас-то болей нет?» – поинтересовался я.

«Болей почти нет, но слабость и головокружение сильные. Вроде, воздуха не хватает, сердце колотится, как шальное.

«Слушай, – говорит мне потом жена, – как же так, ведь эту женщину лечили в больнице. Это ведь означает, что она должна чувствовать себя поздоровевшей, пободревшей, в хорошем настроении. А она еле ноги тащит после лечения».

Эта ситуация только подтвердила мои мысли, что лечить надо не отдельные симптомы, а человека в целом, с его центральной нервной системой, телом и душой. Идеи эти витали в восьмидесятые годы в кругах врачей. И, наконец, по приказу Минздрава были созданы кабинеты психотерапии в соматических больницах. Это был прорыв. Оказалось, что язву желудка в ряде случаев можно заживлять без лекарств. Артериальное давление на начальных этапах можно снижать или повышать без таблеток. Боли в позвоночнике и конечностях подавлять, не применяя инъекций.

МОБИЛИЗУЮЩИЕ СИГНАЛЫ И МАТРИЦЫ-СХЕМЫ

Это было ещё в те времена, когда я жил и работал в Союзе. К нам в больницу, в терапию, положили родственника нашего начмеда Клавдии Егоровны – очень опытного, разумного терапевта. Она попросила меня с ним поработать.

«У брата полиартрит, сильные, непрерывные боли в суставах, ходит последнее время только с костылём, **ибобруфен** (дефицитный в те годы!) не помогает. Я очень люблю братишку, одинокий он у меня, никак не придумаю, как ему жизнь облегчить. Вот и иглоукалывание не дало результата». (Китайская медицина тогда только входила в моду).

После этого разговора очень по-деловому захожу в палату. За руку здороваюсь с пациентом (это вообще-то не было принято), сообщаю свою фамилию. «Да-да, доктор, я о вас слышал от людей. Говорят, что вы здорово лечите гипнозом, и многим помогли. Клава о вас хорошего мнения. Я сам её попросил».

Беседуем. Пациенту 69 лет. Молодым ушёл на фронт, под Москвой был тяжело контужен. Много лет у него очень плохой ночной сон, а в последние годы вообще каждый шорох слышит. Снотворные почти не действуют. Спрашиваю, в каком он сейчас звании?

«Майор запаса Батухтин!» – как бы рапортует он серьёзно, четко, по-военному. И вдруг (какой чёрт меня дёрнул, не могу сказать) я резко встаю со стула и металлическим голосом очень жёстко и громко говорю:

«Майор Батухтин, я, генерал Матенко, приказываю отстоять Москву, перейти в контратаку и взять высоту! Завтра в девять ноль-ноль, в полной боевой готовности быть в моём каби-

нете!»

Повернулся, и, не прощаясь, вышел из палаты. В эту ночь больной глубоко спал. Через неделю директного внушения в гипнозе: «Ваши боли постепенно будут уменьшаться, пора переходить в решительное наступление», он реже стал ходить с костылём, стал лучше спать, и через две недели выписался из стационара повеселевшим и ушёл домой без костыля.

Успех лечения в данном конкретном случае я объясняю тем, что словесные мобилизующие сигналы – «Родина, Москва, наступление, взять высоту» – активизировали мозг бывшего офицера, привыкшего к действию. Образовавшаяся доминанта – очаг возбуждения в коре мозга, перекрыла программу очага боли в мозговом биокomпьютере.

Когда-то в воспоминаниях одного боевого генерала я прочитал, что тот знал офицера, который поднял бойцов в атаку и только после боя заметил, что ранен в плечо.

Однако это вовсе не значит, что я всегда при болевом синдроме применяю авторитарный способ воздействия. К примеру, в Таллинской портовой больнице заводделением терапии послала ко мне пациентку с неспецифическим полиартритом, у которой заподозрила развивающуюся депрессию.

У сорокалетней женщины, работницы ювелирной фабрики, несколько месяцев назад стали опухать суставы пальцев рук, она их с трудом сгибала. Лечение преднизолоном не останавливало процесс. Я выяснил, что муж-моряк загулял с другой, что дома – маленькие дети и старая, очень больная мама. Спрашиваю женщину, что она в этой ситуации собирается предпринять? На что она растерянно отвечает, что руками ничего делать на фабрике, как ювелир, не может (работа очень тонкая), другой специальности нет. Придётся идти на инвалидность. Спрашиваю, ну а на что жить будете? Ведь у матери мизерная пенсия, детей надо вырастить, вам только 40 лет, а впереди, с

инвалидной пенсией, – полуголодная жизнь.

«Доктор, – плачет она, - а что же мне делать?»

Но я уже почувствовал по её душевной конструкции, что дело можно выиграть!

«У вас есть единственный выход: забыть все обиды и выздороветь!»

«А как я это сделаю?»

«Так вы же мне рассказали, что в молодости много занимались спортом и даже стали кандидатом в мастера. Вспоминайте, как вы побеждали на дистанции».

Больная чуть-чуть улыбнулась:

«Да я тогда была ого-го какая заводная!»

«Так эта матрица-схема того состояния никуда не делась, она прекрасно сохранилась в вашем подсознании, нужно только стряхнуть с неё пыль прошедших лет. Поняли?» «Да-да!»

Глаза её были широко раскрыты. «Всё. Живёт. – Подумал я. – Дальше только дело времени».

Приблизительно через неделю прибегает ко мне молодая врач-интерн (практикантка) с вопросом:

«Доктор Матенко, чем вы лечите нашу больную? У неё вдруг улучшился анализ крови и уменьшается отечность суставов».

«Как чем? Гипнозом», – отвечаю.

Она удивлённо смотрит на меня:

«А ещё чем?»...

После этой истории я в течение нескольких лет получал от этой больной – прекрасной, сильной женщины – поздравления с днём рождения. Она работала и была довольна жизнью.

ЛЕЧЕБНОЕ ГОЛОДАНИЕ И ОПТИМИЗМ

В связи с лечением некоторых форм полиартрита вспоминается исключительный по драматичности и солидарности людей случай с 39-летним начальником крупного заводского цеха. Сначала ко мне пришла делегация нескольких его сотрудников.

«Борис очень хороший, талантливый руководитель. Рабочие его любят, как родного. Жена не работает, сидит дома, ухаживает за ним, как за маленьким ребёнком. Врачи дают ему сильные гормональные лекарства, а Борису всё хуже и хуже. Ни встать, ни ходить, не может из-за сильных болей в суставах. Сделайте что-нибудь, что в ваших силах! Мы надеемся на вас. Ведь пропадёт парень, ему уже и инвалидность первой группы дали. Это ведь значит, что медики поставили на нем крест!»

«Ну, хорошо. Хотя в медицине нет чудес, попробовать можно. Но как он будет ко мне попадать на лечение?»

«Мы его по очереди, по двое, будем приносить к вам. Так уже решили на собрании в цехе».

Получилось так, что около тысячи человек, желая коллеге здоровья и добра, поддерживали Бориса Чермянина, как одна семья. Это была неслыханная коллективная психотерапевтическая работа. Результаты лечения узнавали и обсуждали сотни людей.

Борис сразу же заразил меня своим оптимизмом и обаянием. Я горячо захотел ему помочь.

«Вы только укажите мне путь, что нужно делать, а я всё смогу», – заверял он, морщась от боли.

Я тогда начинал пробовать применять лечебное голодание. Побывал в Москве в 68-й больнице, которая имела специальное отделение под руководством профессора Николаева, одного из инициаторов этой методики. И с моим новым пациентом

решил прибегнуть к этому методу

«Борис, мы должны переломить ситуацию, создав необычную стрессовую нагрузку для обмена веществ, одновременно организовав усиление тормозных процессов в мозге с помощью стимулирующего гипноза и иглотерапии, плюс обильное питьё для выведения шлаков. Но гормональные препараты сразу обрывать нельзя, отходить от них будем постепенно, когда немного наладим ночной сон, и когда вы почувствуете в себе силы».

Вначале мы пережили с ним несколько очень тяжёлых недель. Несколько раз у Бориса были сильные, неукротимые рвоты. Периодически боли в суставах усиливались так, что он скрежетал зубами. Жена, как могла, за ним ухаживала. Но представляете, этот человек всё стойко переносил, да ещё и меня успокаивал: «Ничего доктор, не волнуйтесь, мы наш план всё равно доведём до ума».

Через несколько недель наступил перелом. Борис стал понемногу спать, потерял около трех килограммов веса; кожа у него начала очищаться от псориатических бляшек и, главное, боли в суставах стали не такими интенсивными. Мужчина те-

перь чаще вставал с постели и с помощью жены ходил по комнате. В общем, мужик начал оживать. Пришло время подключить иглотерапию. Всё время лечения товарищи по цеху по разработанному графику приносили Бориса на носилках, а потом уже и приводили.

Через месяца два Борис самостоятельно, без посторонней помощи приезжал на процедуры. По моей рекомендации он начал осторожно делать гимнастику с приседаниями. Через полгода пошёл на лёгкую работу в цех. И это с первой (нерабочей) группой инвалидности! Об этом необычном, уникальном, мужественном человеке, восставшем, по сути, из руин, написала областная газета.

После этого случая у меня появилось ощущение, что я «всё могу». Нужно, конечно, учитывать, что всё это было до Германии, а значит, не было опасения, что в случае неудачи пациент быстренько побежит к адвокату. Одним словом, была возможность лечить с большой свободой творчества. Разве мог бы я здесь, в Германии, заставить моего пациента с бронхиальной астмой, который стал бояться быстрой ходьбы (могу, говорит, задохнуться, и тогда мне крышка), бежать 50 метров по коридору клиники. Как тогда переполошились постовые сестры, увидев бегущего мимо них больного, у которого перед этим ночью случился тяжёлый астматический приступ. Да, но после этой пробежки, он почувствовал, что не всё так страшно, как казалось, что можно активно бороться, с успехом лечить бронхиальную астму, и не потерять профессию, а значит и самого себя.

У СТРАХА ГЛАЗА ВЕЛИКИ

Мне давно стало ясно, что страх пациента перед болезнью часто парализует его психологическую и, соответственно, и его физиологическую защиту.

Знаменитого хайльпрактикера, доктора биологии, привезла ко мне на машине его жена. Сам он был не в состоянии самостоятельно вести автомобиль из-за сильного сердцебиения, головокружения и невероятного страха потерять контроль над собой. Первое, что он сказал на приёме:

«Доктор Матенко, спасите меня, я больше не могу так жить! У меня постоянное ощущение, что мне приходит конец. Я решил прекратить работать и закрыть свой праксис. 25 лет я помогал людям справляться с их недугами, но никогда не думал, что сам попаду в капкан. У меня пролечилось более 10 тысяч пациентов, я их всех готов переадресовать вам. Только спасите меня».

Я внимательно выслушал историю заболевания.

Год назад он перенёс тяжёлый грипп, долго недомогал, но при этом очень много работал, часов по 10 в день. Стал ощущать нарастающую слабость и боли в области сердца. Долго не шёл обследоваться. Человек спортивный, бывший футболист, он не привык обращать на себя внимание. Кроме того, нужно было выплачивать ссуду за построенный дом. Жена настояла сделать ЭКГ. Кардиолог диагностировал прединфарктное состояние. В стационаре определили, что два сосуда, питающих сердце, закрыты. Ему ввели катетер и расширили их с помощью специального надувного баллончика, полностью восстановив нарушенное кровообращение. Врачи заверили, что сей-

час с сердцем всё в порядке, но чувство тревоги и внутреннего напряжения не проходило. Успокаивающие средства почти не действовали, полностью нарушился сон. Однажды, во время поездки на машине, пациент вдруг почувствовал головокружение, очень этого испугался и попросил жену сесть за руль. Так появился страх водить машину. Через некоторое время стали неожиданно, без всякой причины, возникать страшные панические атаки, особенно по ночам.

Необходимо сказать, что мой новый пациент был чрезвычайно сдержанным, очень осторожным человеком с феноменальной памятью. Вместе с ним нам удалось выявить истоки его нынешнего состояния. Во время войны их город бомбили, и мать с ним спряталась в погребе. Дом сотрясало от взрывов. Мать всё время крестилась, причитая, «Боже, спаси моего ребёнка», а мальчик трясся от страха. Я повторюсь – у пациента была феноменальная память, которая ему очень помогала и в учёбе, и в делах. Но когда он заболел, память сыграла с ним злую шутку. Доктор рассказал мне, что ещё в течение многих лет ему по ночам снились кошмарные сны со свистом разрывающихся бомб и снарядов. Даже сейчас он может до мельчайших подробностей описать обстановку погреба, где они сидели в полной темноте.

С первых же дней жизни человека, его биологический компьютер мозга автоматически регистрирует все происходящее снаружи и внутри организма. В принципе, чувство страха – есть биологическая целесообразность, необходимая всему живому, чтобы сохраниться. Это ощущение появляется в нашем мозге за счёт выброса надпочечниками специальных гормонов, катехоламинов, в кровь. И если ребёнок испытывает или видит объективные, реальные причины страха, это сказывается на формировании его характера и может в ряде случаев остаться в подсознании на всю оставшуюся жизнь. К счастью, мой пациент

оказался очень любопытным, способным человеком, с очень хорошей внушаемостью, он легко погружался во вторую гипнотическую фазу, которая называется каталентической и встречается у людей не так часто. Это помогло нам буквально в течение полутора месяцев овладеть ситуацией. В трансовом состоянии я давал ему возможность вновь пережить те жуткие ощущения из детства и внушал, что я их постепенно стираю.

Таким образом, вегетативные пароксизмы страха, много лет дремавшие и «покрывшиеся пылью» в подсознании больного, были обнаружены и дезактуализированы.

С тех пор доктор регулярно обследуется у кардиолога, занимается спортом, прaxis его процветает. Для подтверждения того, что он абсолютно здоров, раз в месяц приходит ко мне на общеукрепляющую процедуру гипноза, чувствуя себя после этого очень комфортно и спокойно. Но, конечно, ни одному своему пациенту за все эти годы он меня не порекомендовал. Но это можно понять...

МОЗГОВОЙ КОМПЬЮТЕР И САМОПРОГРАММИРОВАНИЕ

Очень часто у людей с очень хорошей памятью, работа которых требует собранности, организованности и терпения, патологические программы, образующиеся в результате экстремальных событий, могут сохраняться на задворках подсознания десятки лет. Как, например, у 56-летней пациентки, закройщицы престижного ателье. Она разыскала меня из-за того, что начала страдать климактерическими нарушениями в виде сильных приливов жара одновременно с проливным потоотделением. Ателье было для очень богатых людей с большими претензиями, а это значит, ей всегда нужно было быть в форме, свежей и приятно пахнущей. Женщина опробовала пластыри и гормональные капсулы, но это помогало недостаточно. Раньше с помощью гипнотерапии мне часто удавалось хорошо отрегулировать вегетативные дисфункции у женщин. Этот случай так же не был исключением. Гипнабельность пациентки оказалась достаточной (всё-таки художественный, эмоциональный тип). И где-то за месяц-полтора интенсивной терапии наступило значительное улучшение состояния. Она стала спокойней спать, потливость сократилась до почти нормальной. Я бы даже, наверное, не стал описывать этот ординарный случай, если бы однажды не заметил во время беседы, что пальцы её левой руки, лежащей на столе, мелко подрагивают, ну и спросил её об этом.

«Да я уже привыкла, – ответила пациентка. – Всегда, даже если немного волнуюсь, эта пляска и начинается. Такое у меня уже 30 лет. Проверялась у невропатологов, болезнь Паркинсона не подтвердилась».

«Так вы же закройщица, мешает, наверное, это дрожание?»

«Ну, а что я могу поделать, если врачи не знают причину».

Тогда я ввёл пациентку в лёгкий транс, и мы стали искать, что же произошло с ней тридцать лет назад. А случилось вот что. Муж был в командировке и к ней зашёл в гости его друг. А надо сказать, женщина была очень симпатичная, привлекательная. Угостила друга чаем, тары-бары, время позднее. И вдруг он внезапно грубо и очень настойчиво стал проявлять известную активность, полез обниматься, целовать. Всё это было настолько неожиданно (всегда считался другом семьи, часто бывал в доме – и вдруг такое), что женщина испугалась, но не растерялась и со всего размаха сильно ударила обидчика по лицу. Попала прямо в нос. Полилась кровь. Она стала принимать меры для остановки кровотечения, затирать капли крови на полу, на ковре. После ухода «друга семьи» её всю трясло. Ходила по комнатам из угла в угол, выпила полстакана валерьянки, и всё равно ночью не могла спать. Всегда любила мужа, была с ним откровенна, но о случившемся никогда ни слова ему не рассказала. С этого времени надолго осталась какая-то внутренняя тревога, появились частые головные боли, стало подскакивать артериальное давление, но самым неприятным, пугающим стал момент, когда она случайно заметила небольшую дрожь пальцев левой руки и заподозрила у себя серьёзное заболевание. Бросилась к невропатологу, который не нашел ничего серьезного и поставил диагноз «вегето-сосудистая дистония».

Жизнь складывалась удачно. Пациентка была большим мастером своего дела и прекрасной женой и хозяйкой. Но мелкое дрожание пальцев так и осталось на долгие годы. Учитывая хорошую динамику нашего предыдущего лечения, я предложил пациентке убрать из ее мозгового компьютера привычные, навязчивые движения пальцев руки. С помощью нейро-лингвистического программирования нам это удалось.

Было интересно проследить отдалённые результаты, и через год я позвонил пациентке домой. «Так я и не сомневалась,

что эта напасть прекратится», – сказала она, как будто речь шла о само собой разумеющемся. Вот таким сильным, решительным и уверенным в себе человеком была эта прекрасная женщина!

АЛЛЕРГИЯ И ГИПНОЗ

До приезда в Германию, я несколько лет руководил частным центром в Таллине, который занимался лечением детей больных аллергией. Однажды на приём пришла мама с пятилетней девочкой, у которой на запах сырой рыбы буквально в течение нескольких минут возникала сильная аллергическая реакция в виде удушья и кашля. Удивительным было то, что ребёнок чувствовал запах, когда открывали дверцу холодильника в другой комнате. Причём приступы сопровождались очень быстрым отёком слизистых бронхов, и ребёнок начинал сразу же задыхаться. Врачи скорой помощи наизусть знали адрес этой семьи. Передо мной стояла очень сложная задача, связанная с риском, так как, если не успеть снять приступ удушья, то всё может закончиться довольно печально. Я решил рискнуть. Сначала провёл короткий курс общих, успокаивающих процедур в гипнозе, которые уменьшили у девочки страх появления приступа, а через несколько недель началась сенсibilизация её организма в бодрствующем состоянии. Попросил маму принести в плотно закрытой баночке несколько кусочков сырой рыбы. Мама подносила кусок к носу дочери, а я в этот момент, глядя пристально в зрачки девочки, внушал уверенным голосом глубоко вдохнуть этот запах, при этом сжимал левой рукой руку пациентки, а правая лежала на телефонной трубке, чтобы в любой момент вызвать врачебную бригаду. Такие процедуры мы повторяли несколько дней подряд, каждый раз с огромным нервным напряжением матери и, конечно, моим тоже. Постепенно приступы, вызываемые запахом, стали ослабевать, а затем прекратились.

Что придавало мне уверенности в эксперименте? Дело в том, что я уже проделывал это раньше с одной женщиной, ра-

ботавшей в химчистке. Она пришла с просьбой уменьшить или убрать реакцию на очень сильный запах чистящего препарата, который недавно поступил на предприятие.

«Я после него делаюсь просто больной и не могу работать. А мне до пенсии тянуть ещё три года».

Слава богу, у неё была хорошая внушаемость, и я согласился с ней работать. По моей просьбе женщина принесла в банке вату, смоченную этим веществом. Запах лично для меня был просто отвратительным.

«И ваши коллеги выдерживают?»

«Что делать, зарплата там приличная».

После нескольких процедур сенсibilизации в гипнозе, у женщины повысилась переносимость этой жуткой вони.

МОТИВАЦИЯ – ЗАЛОГ УСПЕШНОГО ЛЕЧЕНИЯ

Всё может человек, если его мотивация цели сильно выражена. В этом плане результаты лечения 22-летней Светланы меня просто удивили. Она пришла в праксис с хроническим аллергическим насморком, которым страдала более шести лет. Постоянно носила с собой бутылочку со спреем для снятия отёка слизистой носа, но помогало это только на короткое время, а затем нос снова забивался и переставал дышать. Потому к этой проблеме добавились ещё и частые головные боли. Лечебная задача значительно осложнялась ещё и тем, что до приезда в Германию Светлане несколько раз делали прижигание слизистой носа (была раньше такая изуверская методика) и значительно её повредили. Получить полное излечение в этой ситуации казалось мне проблематичным, и я откровенно сказал об этом пациентке. Но она была настроена по-боевому:

«Доктор, я живу с другом, хочу ему нравиться, хочу выйти за него замуж. Я должна стать здоровой. Этот разбухший красный нос делает меня уродливой и мешает мне нормально жить. У моей подруги была аллергия, вы ей помогли гипнозом. Я тоже очень в вас верю, вы должны мне помочь!»

Можно было предположить, что через какое-то время состояние больной улучшится (у молодых людей и детей это часто так и бывает), но то, что через два с половиной месяца регулярных процедур гипноза в сочетании с иглотерапией отёк слизистой носа полностью спадёт и носовое дыхание станет свободным и стабильным, меня приятно удивило. Но не мою подопечную.

«Я почему-то знала, что всё будет тип-топ, - сказала она весело при прощании. А вы заметили, что кожа на лице у меня ста-

ла чище? Друг мне вчера сказал: «Светик, ты прямо расцвела!» Это же лечение, как у косметолога, только без кремов».

Все эти случаи наглядно доказывают, какими тесными путями нервные рецепторы, эти наши датчики, связаны со стволовой частью мозга и подкорковыми вегетативными центрами дыхания и обмена веществ.

Моя мама рассказывала, что у неё была необычно сильная аллергия на пенициллин. Её кабинет (она была врачом) примыкал к процедурному, где делались различные инъекции антибиотиков. Перед тем как сделать укол, медсестра должна была набрать определённую дозу пенициллина, и если её было чуть больше – сбрызнуть излишек на кусок ваты. Этот резкий запах пенициллина (причём, только пенициллина) мама чувствовала, сидя в своем кабинете за закрытой дверью.

А наша кошка сразу начинала мяукать и царапать когтями закрытую дверь комнаты, когда мы на кухне, за закрытой дверью, начинали готовить ей по утрам мясную пищу. Причём, реагировала она только на мясной запах. О таких, как у животных, реакциях рассказывали мне некоторые пациенты, страдающие мигренозными приступами. Во время головной боли сильное раздражение или возбуждение вызывали у них очень слабые запахи и звуки, на которые они абсолютно не реагировали в нормальном состоянии.

Всё это означает, что наш мозг в определённых ситуациях может быть невероятно чувствительным и восприимчивым. Эти его качества и можно использовать для лечебного воздействия во время гипнотического транса, причём, не обязательно глубокого...

НЕРВНЫЙ СТРЕСС И НЕВРОТИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ

Сегодня позвонил Александр, 34-летний техник, у которого двое детей и очаровательная жена Танечка. Попросил перенести термин – он должен ко мне добираться более двух часов, а шеф раньше времени не отпускает. Я отметил про себя, как по-другому, намного свободней, звучит его голос. Исчезло напряжение и скованность в словах. Значит, моя идея применить для него нейролингвистическое программирование и гипноз начинает понемногу реализовываться.

Саша – высокий, крепкого сложения брюнет, с беспокойными, постоянно сжимающимися до побеления кисти рук пальцами и постоянно качающейся ногой, появился у меня на приеме где-то месяц назад. Он с трудом подбирал слова, словно выдавливал их из себя. «Доктор, уже в течение года я не могу, я просто не в состоянии иметь нормальные половые отношения со своей женой. Меня как подменили. Перед близостью вижу её с другим мужчиной, причём, ясно, в деталях, и желание пропадает, как будто все во мне отрубается. Подавленный, совершенно разбитый, долго не могу уснуть. Часами представляю, как это происходит у нее с другим».

Я начинаю подробное исследование, чтобы найти причину происшедшего.

«Насколько я понял из вашего рассказа, в течение всех четырнадцати лет, что вы были женаты, интимные отношения с женой были вполне гармоничны и полны любви».

«Да-да, всё было очень хорошо, ведь я её просто обожал. И вот случилось... Летом прошлого года, на южном пляже, в вечернем ресторане, мы оба крепко выпили, и я, не знаю за-

чем, стал вспоминать свои прошлые похождения с женщинами до женитьбы, а потом потребовал признания, с кем была она. «Я тебе никогда этого не хотела рассказывать, но теперь, после стольких лет нашей любви, хочу очиститься. Знай, что меня, почти силой, взял твой друг, которому ты поручил охранять меня, когда ты два года учился в Штутгарте. Мы тогда с ним крепко выпили поздно вечером у меня дома, и я почти ничего не помнила».

После этих слов мой пациент испытал буквально шок. На следующий день резко ухудшилось настроение, отдых у моря стал в тягость, ухудшился сон, появились навязчивые мысли о предательстве подруги, а так же и его друга. В общем, семейный отпуск пропал. А несколько месяцев назад стали появляться мысли о никчемности жизни и о самоубийстве. Говорит, что только их маленькие дети удерживают его на этом свете. Вырисовалась типичная картина экзогенной депрессии.

Александр производил впечатление чрезвычайно скованного, медленно говорящего, упрямого, но и способного молодого человека. Его отец всегда был очень строгим, замкнутым, неразговорчивым. Будучи пьяным, бил мать на глазах у мальчика. Это повлияло на характер ребёнка. Родители долго не разрешили ему жениться, мол, молод ещё.

Я попросил приехать на приём его жену Татьяну.

Оказалось, что знакомы они с Сашей с девятнадцати лет. Жили в разных городах, месяцами не виделись. Это продолжалось несколько лет. Александр учился в техникуме, она в медучилище. Сватался, обещал жениться, потом исчезал надолго. Естественно, у неё, несмотря на чувства к нему, была полная неясность в их отношениях. Родители были в тревоге, советовали «осмотреться по сторонам». Тут случилась эта нелепая пьяная связь. Наконец Татьяна сообщает моему пациенту, Александру, что больше не хочет продолжать с ним отношения. И вот тут-то он внезапно приезжает и делает ей предложение.

Любовь-морковь вспыхивает снова, они женятся и уезжают в Германию. Вспоминая злополучный разговор на пляже, Таня рассказала мне, что муж своим упрямым занудством, «достал» её тогда. «Скажи и всё. Ну признайся: был у тебя кто-нибудь до нашей свадьбы?»

Теперь моей задачей стала цель сохранить эту хорошую семью, где двое детей, очень любящих папочку, который много работает, и добрую, заботливую мамочку.

Я решаю лечить пациента методом активизирующего гипноза с NLP. В трансовом состоянии Саша сражается со своими навязчивостями. Он изо всех сил ломает, разрушает, крушит, душит эти мысли, представляя их живыми, гадкими существами; рвет на мелкие части эти отвратительные картины сексуального соращения своей подруги, случившегося, как оказалось, пятнадцать лет тому назад.

Вчера по телефону Таня радостно сообщила, что муж заметно меняется, стал менее раздражительным, даже перестал каждый день пить пиво, хотя последние месяцы делал это регулярно, опьяняя себя.

Я поинтересовался у Саши, как он переносит воздержание от пива.

«Да вот, несколько дней назад начало появляться желание пивка бутылочку раздавить».

«Предупреждаю, это опасно! У Вас уже начал развиваться хронический алкоголизм, и необходимо специальное кодирование»...

А сегодня пациент сообщил, что настроение снова ухудшилось. Оказывается, его мать периодически дает ему деньги на лечение, и это его угнетает. Почему – стало ясно во время психоанализа в трансе:

«Я очень был влюблён в Таню, нам было по 19 лет», – начал

он вспоминать, и вдруг я заметил на его глазах слёзы. Затряслись губы и подбородок. Тогда я сообщил пациенту, что на минуту выйду из комнаты, чтобы принести ему стакан воды. Вышел. Из помещения, где проводилось лечение, доносились сильные рыдания со стонами. Я подождал, когда это пройдёт, и мы продолжили анализ.

«Доктор, я понял, это мать во всём виновата! Это она тогда устроила страшный скандал, когда я на свои деньги купил Тане в подарок дорогие духи. Мой друг купил точно такие же духи своей девушке.

«Такие траты для этой соплячки?! Рано заводить шурымуры! Сначала выучись! Ничего у тебя с ней не получится, она не нашего поля ягода!» - вот что я услышал дома от матери. В общем, родители как могли, мешали нашим тогдашним отношениям»...

Как видим, ошибочное поведение родителей оставило глубокий след в подсознании моего пациента, хотя он об этом случае никогда раньше не вспоминал.

То, что произошло во время лечения, называется катарсис, «очищение души».

После этого улучшение состояния Саши пошло гораздо быстрее. Во время наших встреч он начал улыбаться, непроницаемая маска на лице стала исчезать. Кстати, он стал замечать, что кожа на лице стала мягче и чище.

В один из дней, Александр сообщил, что у него усилилась тревога в связи с тем, что умер долго болевший дядя Тани. Они должны ехать на похороны. А у жены уже несколько дней болит ухо. Врач ничего особенного не нашёл.

«Может, Вы посмотрите?»

Я согласился.

И вот Таня сидит в приёмной и улыбается:

«А я о Вас часто думаю, а недавно видела Ваше лицо во сне».

Я начал осмотр. Ухо внешне выглядит нормально. Справшиваю, что беспокоит. «Неприятные ощущения в ухе и постоянный в нём зуд. А ещё какой-то ком в горле с февраля месяца – тогда даже твёрдую пищу не могла глотать. Врачи говорят, что в горле всё в порядке».

Ситуация становится для меня ясней, и я неожиданно говорю:

«Вспомните, возможно, в январе Вы перенесли простуду, долго после этого кашляли, насморк затянулся?»

«Так у меня вообще много лет аллергический насморк. Летом просто катастрофа – дышу в основном ртом»...

«Тогда становится понятным, что за загадочные для врачей симптомы вас беспокоят. Главное, что положило начало вашим страданиям, это тяжелейший нервный стресс для вас обоих, начавшийся год назад лунным вечером на чудесном южном пляже, когда вы оба, подогретые винными парами, исповедовались друг другу о своих гламурных приключениях до свадьбы. Простуда в январе еще в большей степени утяжелила ваше состояние. На фоне ослабленной психики появилась небольшая отечность слизистых пищевода, горла и носа, а это прямая связь с ухом. Лечить такое только лекарствами – пустая затея. Это все равно что искать клад в подвале, а он спрятан на чердаке. Ваше ощущение комка в горле является микроспазмом мышц пищевода. Сейчас мы эту условную вирус-программу сотрем в вашем мозге прямым внушением «зрачки в зрачки».

Я начал процедуру, и пациентка, стоя прямо передо мной, начала ритмично раскачиваться (признак трансового состояния). Затем провел прямое внушение: «Ком в горле рассасывается и тает, тает, тает, а теперь его больше нет».

Таким образом нам удалось снять невротические проявления, которые ощущались пациенткой в течение нескольких месяцев.

СЕКСОПАТОЛОГИЯ И СЕМЕЙНОЕ СЧАСТЬЕ

Нужно сказать, что контингент моих пациентов несколько изменился, после того как я побывал на курсах сексопатологов. Направление это в те далекие годы в нашей медицине было новым. Больные ехали отовсюду. Как, например, Николай, 40-летний инженер из Туркмении, страдавший быстрым семяизвержением во время полового акта, который не мог держаться более минуты. Приехал один, без жены, хотя по телефону я попросил его приехать вместе с ней. «Она категорически отказалась», – сказал он смущаясь.

«А как же мы будем проверять качество нашей работы?»

Через три недели Николай уехал домой – «проверить». И вновь объявился уже с большим оптимизмом.

«Вы знаете, – оживлённо рассказывал Николай, – было уже немного лучше, но жена всё равно недовольна и говорит, что все равно зря к вам езжу».

«Ничего себе жёнушка», – подумал я и на третий курс категорически потребовал от Николая приехать вместе с супругой, так как такие проблемы, как правило, в одиночку не лечат, без доброжелательности и терпения со стороны женщины. Когда парочка объявилась у меня на приёме, стало вдруг ясно, где корень проблемы. Передо мной сидела женщина-диктатор, малообаятельная, капризная, жёсткая.

«У него ЭТО так быстро, что ничего и не почувствуешь. Хорошо, что мне ЭТО не очень нужно. Да с ним ни одна жить не захочет! И я ему об этом уже несколько раз говорила. Где он найдёт такую терпеливую, как я?»

«Вот вам и способ удерживать мужа при себе», – подумал я.

Спрашиваю: «И что же, у него по-прежнему нет прогресса?»

«Ну, вроде, он лучше стал, но не на много».

И вдруг меня осенило:

«Скажу вам по секрету (тут я слегка понизил голос), Коля ваш – интересный, любопытный человек. Мне недавно сообщила наша сотрудница, что на него одна наша милая, молодая медсестричка «глаз положила». Так что будьте внимательны и осмотрительны».

В конце курса гипноза и иглотерапии Николай выглядел довольным и сообщил мне, что жена как-то вдруг стала проявлять интерес к сексу и даже подбадривает его и отмечает успехи. Вот так, постепенно, наш инженер становился «половым гигантом», всё больше влюбляясь в свою деспотичную супругу.

По моим наблюдениям, несмотря на времена «сексуальной революции», мужчины по-прежнему мучительно переживают свою невозможность полностью держать себя под контролем во время интимных действий. Это иногда приводит молодых людей к появлению мыслей о самоубийстве, как было у моего пациента Энока из Грузии. Он сразу после свадьбы сбежал от своей невесты на Урал, будучи в депрессивном состоянии.

Мы начали лечение. Я объяснил ему, что выброс семени при половом возбуждении зависит от того, как отрегулированы специальные центры в спинном и головном мозге. Это хорошо поддаётся коррекции методами психотерапии в сочетании с физиотерапией.

Бывают случаи, когда идеи о сексуальной неполноценности преследуют человека много лет. У меня был 42-летний Alex с жалобами на боли внизу живота и при этом ещё и сильный зуд в промежности и яичках. Самое интересное, что на протяжении лет многочисленные обследования (а в Германии, как известно, с этим делом всё обстоит хорошо) урологов, хирургов, невропатологов ни к чему не приводили. И только при глубо-

ком психоанализе мне удалось выявить, что Alex чуть ли ни с детства страдает страхом заражения от кого-либо и чем-либо. Причём, отрицательный результат анализов или обследования у специалиста успокаивает его только на короткое время, а затем всё начинается сначала.

НЕВРОЗ НАВЯЗЧИВЫХ СОСТОЯНИЙ

Эта навязчивая идея изнуряет самого человека и раздражает всех врачей, кроме психиатров. Ну, а эти специалисты диагностируют депрессивный синдром и начинают лечить подбором различных антидепрессантов. Безусловно, в ряде случаев, когда имеется тяжёлая (так называемая, эндогенная без причины) депрессия, это целесообразно и можно получить положительный эффект. Но так бывает далеко не всегда, и образные, навязчивые представления продолжают появляться вновь. Как правило, это бывает у пациентов с очень высокой степенью тревожности, способных, умных («горе от ума»), упрямых и с очень хорошей памятью.

Ко мне из Страсбурга два-три раза в неделю (это примерно пять часов туда, час у меня и пять часов обратно) ездил 60-летний мужчина, у которого были действительно жуткие навязчивые мысли, начавшие, предположительно, появляться во время мужского климакса. С женой они прожили «душа в душу» более тридцати лет. Пять лет назад она внезапно умерла.

Потерю родного человека мой пациент переживал очень тяжело, с эпизодами экзогенной депрессии. Через несколько лет познакомился с прекрасной, душевной женщиной, которая стала ему верной подругой. Некоторое время они хорошо жили, он чувствовал себя окружённым вниманием, теплом. Охотно играл и гулял с маленькой внучкой женщины. Но вот, после тяжёлого гриппа, долго недомогал – нарушился сон, усилилось чувство неясной тревоги, появился страх смерти и очень плохие мысли, о которых боялся сказать врачам, когда попал в психиатрическую больницу. Лечение медикаментами в отделении, где на-

ходились больные с тяжёлыми психозами, ещё больше усугубило его состояние. Из-за конфликта с врачом больной досрочно прекратил лечение.

«Мучился ужасно, – рассказывал он, попав ко мне на приём. – Доктор, вы первый, кому я открываюсь. Я не сумасшедший, но я боюсь убить свою ненаглядную подругу и её малышку-внучку. Я спрятал все острые предметы в доме, я боюсь себя. Спасите меня, уберите эти проклятые мысли. Не понимаю, откуда эта чушь взялась, я ведь этого действительно не хочу».

Я разобрался в диагнозе. Это был, так называемый, невроз навязчивых состояний, означавший, что пациент никогда не сможет реализовать свои, чуждые ему самому, мысли. Лечить такой невроз очень трудно, особенно, если только медикаментами.

За полгода с помощью гипнотических, активирующих процедур, биофизических приборов и нашего с ним упорства удалось помочь этому несчастному, хотя пару раз были обострения болезни.

А вот с Петрой, 32-летней талантливой художницей, дело пошло значительно быстрее. В течение нескольких лет она дважды лежала в психиатрии, жаловалась, что ощущает себя в какой-то клетке, постоянно испытывает давление в груди, а части её души находятся где-то вне её. Это не было похоже на психоз, но радикально ей помочь не могли.

С Петрой у нас сложился хороший человеческий контакт, без которого в моей профессии просто нечего делать. Она с видимым удовольствием приходила в праксис, где я проводил с ней рациональную психотерапию и гипнотические активирующие процедуры в сочетании с биорезонансом. Петра говорила, что стала лучше себя чувствовать, неприятное давление в груди стало меньше, улучшилось настроение, и усилился творческий по-

тенциал. Но мне этого было мало. Интуиция подсказывала, что проблема ещё полностью не решена. И вдруг, как это иногда бывает, неожиданно пришла идея, когда пациентка вошла в транс.

«Внимание, Петра, сейчас вы сядете в лифт и спуститесь на самое дно своей души. Там абсолютно темно. Но всё-таки попытайтесь найти небольшой ключ».

Не прошло и минуты, как пациентка сказала, что ключ нашла. Я был очень удивлён, что она отыскала так быстро да ещё в полной темноте. Но сразу сориентировался:

«Скажите, Петра, а ключ каких примерно размеров?»

Она сразу: «12 сантиметров».

«А какого он цвета?»

«Жёлтый, с зазубриной».

«Великолепно! Теперь открывайте дверь и впустите «свет».

Моментально, без вопросов, выполнила.

«Вот, теперь части вашей души соединились вместе в этом, ставшим уже светлым, помещении. Видите?»

Ответ: «Да!»

«Вам хорошо?»

Ответ: «Очень!»

«Ну, а теперь живо поднимайтесь «наверх».

Нетерпеливо спрашиваю:

«Как вам удалось так быстро найти ключ?» (Почему я дал задание найти именно ключ, до сих пор не знаю).

Ответ:

«Так я же его хорошо помню. Когда я была маленькая, мой суровый отец, когда был пьян, в виде наказания закрывал меня в подвале этим ключом. Там было темно, холодно и бегала крыса. Я от страха кричала и плакала. Мне это по ночам много лет снилось».

Таким образом, началось уже основательное улучшение состояния моей подопечной.

КАК НАШЕ СЛОВО ОТЗОВЕТСЯ

Уже очень давно не перестаю удивляться тому, как долго и глубоко остаются в нашем подсознании (как на флеш-карте биокомпьютера) переживания детства. Как же важно всё, что мы слышим и видим в семье.

Много лет слышу один и тот же вопрос:

«Доктор, верите ли вы в сглаз или порчу?»

«А что, по-вашему, это такое?» – улыбаясь, в свою очередь спрашиваю я.

Сбивчиво разъясняют:

«Это значит, кто-то кому-то причинил вред через глаза или тайно».

Буквально сегодня, совершенно неожиданно, спросила об этом пациентка из Аугсбурга, 30-летняя, хорошо образованная женщина, мать двоих детей. Лечится у меня больше месяца по поводу постоянной боли в груди и тяжёлого дыхания со вздохами. Как читатель уже начинает догадываться, она прошла консультации многих специалистов и буквально замучила своего домашнего врача. В общем, медики решили, что всему причиной остеохондроз грудного отдела позвоночника. Вся история длится года полтора.

Всё началось в то время, когда молодая семья строила дом. Моя пациентка проявила при этом хорошие организаторские и технические способности. Это очень раздражало мать мужа, дамочку «простую, как правда», чрезвычайно доминантную, деспотичную, не терпящую возражений, привыкшую быть всегда главной. И, как в таких случаях говорят, – нашла коса на камень. Муж моей пациентки по привычке не хотел спорить с ма-

терью, и невестка осталась практически один на один с претензиями свекрови. В общем, из-за утомительной работы в бюро с компьютером, простуды, ухода за маленькими детьми (своей равная свекровь помогала мало), да ещё этим чёртовым строительством моя подопечная, похудев за год на 10 кг, просто говоря, «сломалась» и легла в психиатрию с диагнозом «депрессия». Тогда и появилось ощущение тяжести и боли в груди. После больницы заметила некоторую перемену в поведении свекрови. Та стала более покладистой и доброжелательной. Видимо, испугалась, что весь контроль за строительством, а также заботу о маленьких внуках и не очень самостоятельном сыночке, придется брать на себя.

Получается, что с помощью своей болезни моя пациентка смогла изменить к лучшему обстановку в семье. Правда, ещё осталась постоянная боль в груди.

Однажды она спросила:

«Может, меня кто-то слазил?»

Тогда я решил, что необходимо ещё раз подробно расспросить женщину. Оказалось, что ей временами снится сон, будто кто-то пристально смотрит на неё большими чёрными глазами, и ей от этого взгляда давит в груди и становится страшно.

«Так что же вы об этом молчали?! Это же очень важно. Скажите, в вашем окружении есть брюнеты?» - спросил я.

Она задумалась:

«Есть сосед, молодой турок. У него хорошая симпатичная жена. Он часто спрашивает, как я живу? Ой, доктор, я вспомнила! Тогда у меня было подавленное тоскливое настроение, он встретил меня на улице и весело спросил: «Ты что идёшь, как старуха с тяжёлой болезнью? Вроде ты раньше другая была?» Ну, я отшутилась, а самой ещё паршивей стало. Подумала, может, и не вылечусь теперь никогда».

«Ну что же, всё стало немного ясней, – рассуждал я. – Впечатление от этой встречи очень ярко, в виде чёрных больших

глаз, запечатлелось в подсознании благодаря вашему образному мышлению и великолепной памяти. Эту программу-картинку, как говорится, «боль души», мы можем успешно убрать с помощью перепрограммирования вашего способного мозга».

Людям ослабленным, перенесшим сильную психическую травму, да еще с высокой степенью внушаемости я рекомендую никогда не гадать у цыганок. Мне рассказывал главный инженер из Таллина:

«Ездил я в командировку в Москву. Сильно простыл. Лето, жара, духота. В электричке – столпотворение, нет мест. Еду стоя. В общем, 24 удовольствия. Смотрю, цыганка пристаёт к людям, чтобы погадать. Протискивается ко мне. «Дай руку, - говорит, - всю правду расскажу». Я резко от неё отвернулся, а она опять настырничает. Ну, я и ругнулся, а она жёстко в ответ, как припечатала: «Ты болен страшной болезнью и никто тебя не сможет вылечить! Вернулся я домой совсем расквашенный, с головной болью, очень огорчённый неудачными переговорами в Москве. Врачи признали грипп и дали больничный. Потом стало мне лучше, а головная боль осталась. При обследовании ничего не находят. Смешно, но иногда стала приходиться мысль, что цыганка и вправду была права».

Так продолжалось несколько месяцев, пока он не попал к нам в отделение. Через две недели лечения выписался в отличной форме...

БОЛЕЗНЬ, КАК ЗАЩИТА, И ПАМЯТЬ БОЛИ

Я давно подметил, казалось бы, на первый взгляд парадоксальное явление: болезнь может быть защитой, выгодной для человека, а он об этом даже не подозревает.

Вот что пишет в связи с этим известный немецкий психотерапевт-гипнолог, профессор Ланген: «Серьёзный молодой человек, служащий солидной компании, должен был впервые ехать в ответственную командировку. Причём, большого желания к этому не проявлял. За пару дней до отъезда он заболевает гнойной ангиной, причём, очень тяжело. Несколько дней лечения в теплой постели – и болезнь прошла. Через пару месяцев он должен выступать на конференции с докладом, и вдруг снова начинает болеть горло. Его обследует врач, диагноз – ангина. Доклад переносят. Недовольный делами сына, отец предлагает приехать для разговора, а у того опять – настоящая ангина. Значит, мозговой компьютер прекрасно зафиксировал, какие биохимические реакции нужно включить для «выгоды» его хозяина».

У меня был пациент, который для получения больничного листа мог повышать у себя артериальное давление, каким-то образом приседая на носках. В шутку, чтоб показать 12-летнему мальчику с нейродермитом, какими удивительными свойствами обладает наш мозг, я предложил прогулять школу, повысив у самого себя температуру. Утром сообразительный ребёнок пожаловался матери на головную боль и попросил термометр. Поставил его подмышку и стал интенсивно представлять, что там становится очень тепло. Через минут десять на градуснике было 37,3.

В клинике мне успешно удавалось лечить бронхиальную астму, уменьшать или снимать приступы. Естественно, многие

пациенты с этой проблемой старались попасть на приём ко мне. Однажды захожу в палату к своей подопечной, где находились еще три пациентки. Вдруг одна новенькая, едва завидя меня, быстро вышла. Через день ситуация повторилась. Я поинтересовался у постовой сестры, что это за странная женщина, которую я вообще не знаю. Оказалось, что больная является инвалидом второй группы по бронхиальной астме и ждёт переосвидетельствования для подтверждения группы. Вероятно, пациентка побоялась, что я могу заинтересоваться ее состоянием и предложу свою помощь. Но если при этом приступы астмы вдруг прекратятся, то она потеряет группу инвалидности, дающую ей право не работать и при этом получать деньги.

Когда-то я старательно лечил жену очень-очень большого начальника, у которой почему-то была инвалидность второй группы. Она говорила, что очень довольна моими процедурами, но заметного улучшения всё-таки не чувствует. Её знакомая сказала мне откровенно: «Зря стараетесь. Она нужна мужу дома и может позволить себе иметь инвалидность и предъявлять всевозможные жалобы врачам.» По-видимому, пациентка опасалась, что ей действительно станет лучше, и она потеряет вторую группу, которая давала ей право не работать и спокойно заниматься детьми и мужем.

Мы проводили интересный эксперимент с одной женщиной, которая в течение пятнадцати лет страдала хроническим (без камней) холециститом, периодически испытывая тяжесть и боли в правом боку. В конце курса гипнотерапии боли у нее почти прекратились. С согласия испытуемой, я «зрочки в зрочки» внушаю ей боль в подреберье. Она немного побаивается, и поэтому у нас ничего не получается. Тогда я даю слово, что потом, после эксперимента, боль без сомнения обязательно уберу. Снова интенсивно внушаю ощущение боли, которая тут же начинает проявляться, и женщина, немного морщась, хватается за привычное место в правом боку. Быстро убираю боль внушением.

Все это означает, что мозг в данном случае хорошо натренирован на «память» боли. Совершенно невозможно успешно проделать такое с человеком, который никогда не страдал холециститом с болью в правом подреберье. У него просто отсутствует матрица этой болезни в памяти мозга. Моей задачей, как врача-психотерапевта, является разблокирование образовавшихся схем – программ психосоматических болезней.

Тогда же (слухами больница полнится) по направлению ведущего врача из хирургии для подготовки к операции по поводу желчнокаменного холецистита, пришла ко мне пациентка с высоким артериальным давлением и бессонницей. Моей задачей в данном случае было нормализовать давление и сон, чтобы заживление раны после операции шло быстрее (это доказали многочисленные эксперименты учёных).

Работа пошла хорошо, так как внушаемость у женщины была более чем достаточной. Через несколько дней, окрылённая результатами, она меня просит дополнительно снять еще и боли в боку.

«Так у вас же пузырь буквально нафарширован камнями, вам ведь поэтому и необходима операция». – изумился я.

«Доктор, ну сделайте. Я знаю, вы же всё можете».

Короче, ввёл больную в транс, внушил ей тепло в области желчного пузыря и рассасывание боли.

На следующий день она сообщает, что боли вообще нет.

На протяжении двух недель каждый раз я шутивно спрашивал перед процедурой, когда же боль у неё появится? Женщина так же шутивно отвечала, что не знает, и операцию теперь, возможно, делать не стоит.

Так как на боли она уже не жаловалась, ей в хирургии в этот период не делали никаких инъекций, а потом по настойчивой просьбе самой пациентки отпустили домой под ее же ответственность. Настолько сильно человек боялся операции, что эта боязнь способствовала исчезновению болей.

КЛИМАКС, ПСИХИКА И... СЕРДЦЕ

Насколько врач-психотерапевт, имеющий дело с человеческим подсознанием, должен быть осторожным со словесными сигналами внушения во время лечения, говорит такой случай.

Ко мне обратились женщина 53-х лет с явлениями тяжёлого климакса. Её мучили резкие приливы жара и проливной пот по ночам (несколько раз приходилось вставать из постели и менять бельё), сильная раздражительность и очень быстрая утомляемость уже в первой половине дня.

Будучи руководителем, она стала невероятно нетерпима с подчинёнными, чего раньше почти не было. Гормональные препараты, назначенные гинекологом, не приносили облегчения, после снотворных становилась ещё более вялой, разбитой. Энергичный, активный человек, женщина была в полном отчаянии.

Начинаем разбираться в ситуации. То, что у пациентки тяжело протекает климакс, конечно, ясно. Но я еще выяснил, что перед этим, два года назад, внезапно в расцвете сил умер её муж, с которым они жили в мире и любви. Будучи человеком сильным и стойким, она сумела с головой уйти в работу и воспитание внушки. Худо-бедно начало приходиться некоторое психическое равновесие. И тут – климакс. Гормональный фон меняется и ослабляет психику, которая, в свою очередь, ещё больше угнетает эндокринные железы. В общем, получается «чёртов круг». Такие явления патологического климакса могут быть показанием для направления к врачу-гипнотерапевту. То, что пациентка оказалась сильного типа, могло облегчить мне работу.

Почему-то многие думают, что лечению гипнозом хорошо поддаются только люди слабые духом, безвольные. Полное заблуждение! Как раз всё наоборот. В этом я убедился, работая

с Олимпийской сборной страны, с директорами предприятий, капитанами судов, военными людьми и с серьёзной творческой интеллигенцией.

Я уверенно начал процедуру с пациенткой без применения специальных тестов на внушаемость. Всё шло абсолютно нормально, пока я не предложил пациентке с закрытыми глазами отчётливо представить любимое место в лесу, где она не раз бывала. И вдруг она вскрикнула, начала плакать, потом застонала, плач стал невероятно громким, буквально истеричным. В моей практике бывало всякое, но такие сильные реакции во время процедуры я видел впервые. С трудом удалось успокоить женщину и вывести из транса. Оказалось, произошло то, чего я никак не мог предусмотреть – по моей просьбе, женщина представила любимое место в лесу, где она часто бывала с мужем. Но именно там и случилась беда – у мужа внезапно начались боли в области сердца. До города было очень далеко, и мужчина с трудом довёл машину до больницы. Диагноз: обширный инфаркт. Реанимация. А через несколько дней его не стало. Вот такой неожиданный случай произошел в моей практике.

В конечном счёте, постепенно мне удалось без гормональных препаратов смягчить проявления патологического климактерического синдрома, и пациентка стала заметно лучше себя чувствовать. Но случай с ней стал мне наукой.

Кстати, думаю, что не все врачи уверены в том, что некоторые случаи экстрасистолии и тахикардии (учащенного сердцебиения) можно регулировать в трансовом состоянии с помощью целенаправленных внушений. Я приведу примеры, доказывающие эту возможность.

У меня появилась по своей инициативе пациентка, которую знали в лицо все врачи скорой помощи в Таллине. Количество пульсовых ударов у неё периодически бывало до 200 в минуту (при норме 60-70). За полтора месяца процедур мы приве-

ли пульс почти в норму.

О больном, перенесшем обширный инфаркт миокарда, сопровождавшийся сильной болью за грудиной, я докладывал на врачебной конференции. Больного прекрасно лечили в кардиологии, нормализовали ЕКГ, но он по-прежнему жаловался на сильную боль в области сердца.

Главный терапевт, как я уже говорил, был человеком широких взглядов и периодически загружал меня работой – посылал ко мне пациентов из своего отделения. Этот пациент оказался хорошо гипнабельным, и буквально с первых процедур убрал у него страх смерти. Как выяснилось, он думал, что дела его плохи и врачи его просто успокаивают. В течение девяти последующих сеансов гипноза у больного прекратились боли, и его наконец-то удалось выписать из кардиологии (койко-место ведь стоит немалые деньги).

...Вчера написал эти строки, а уже сегодня, буквально в тему, объявился больной, которому была проведена операция на сердце.

Звонивший мне мужчина взволнованным голосом задал вопрос: сможет ли он избавиться от тотального страха смерти, который преследует его уже больше года? «Доктор, по профессии я программист, не верю ни в какие чудеса и никогда не поддавался гипнозу Кашпиоровского по телевидению. Я много слышал о вас, читал в газете вашу статью и сделал вывод, что вы серьёзный врач и «туфтой» не занимаетесь. Пожалуйста, помогите мне, а то я замучил и себя, и свою семью! У меня родилась дочь. Это такая радость! Я люблю брать дочурку на руки, но когда она плачет, то невероятно меня раздражает, даже злость иногда появляется. Ведь это ненормально. Я не сплю ночами, просыпаюсь и слушаю, как работает моё сердце. Все вокруг должны меня обслуживать и жалеть, потому что, вероятно, жить мне осталось недолго. Мне 35 лет, а последние годы ощущение, что за плечами все 100».

История болезни оказалась следующей.

Михаил, так звали пациента, подростком приехал с родителями в Германию. Учёба в немецкой школе была очень напряжённой, а за ней последовал сложнейший курс в университете. Он постоянно чувствовал себя уставшим. Из-за тяжёлых учебных нагрузок (по 10-15 экзаменов за семестр) часто недосыпал.

После окончания университета ему повезло – нашел работу на большой фирме, где выкладываться нужно было «до дынышка». Через какое-то время стал замечать, что постоянно держится за болевшее сердце, пока «скорая» не увезла прямехонько на операционный стол. Диагноз – дефект митрального клапана и закупорка нескольких сосудов сердца.

Операция прошла удачно. Вшили новый клапан и заменили два сосуда. Болей не стало, ЭКГ – нормальная. Но появился жуткий, тотальный страх за жизнь.

«В реабилитационном санатории я был самым молодым. Глядя на пожилых пациентов, постоянно думал, что не доживу до их возраста. Появились панические атаки. Назначенные антидепрессанты ещё больше ухудшали состояние. Вот так и живу, каждый день умирая от страха. Врачи доказывают, что сердце функционирует абсолютно нормально».

Я выяснил, что Михаил с детства не любит ездить в лифте, потому что при этом у него появляется неясная тревога. И так, фон невроза страха уже понятен, но где же пусковой механизм происходящего в настоящее время. Потребовалось ещё несколько дней анализа, и всё-таки мы нашли причину.

Сразу после операции Михаил оставался в реанимации, был под влиянием медикаментов в полусонном состоянии. Напротив, за ширмой, находился тяжёлый больной. Было слышно, как тяжело он дышит. За ним постоянно ухаживали родственники, перешёптываясь между собой. Через день за ширмой вдруг стало тихо, а люди исчезли. Под утро Михаил увидел, как двое санитаров вынесли тело умершего, накрытое простынёй.

«Меня всего затрясло, всё тело словно онемело. Появилась мысль – со мной будет так же. Всё, мне крышка, пошли последние дни. С этого времени я потерял покой и радость жизни. Обошёл уже всех врачей. Пока разговариваю с ними, вроде успокаиваюсь. Выйду из кабинета – и опять эти мысли, как мухи на мёд. Слова утешения на меня не действуют, от медикаментов становлюсь раскисшим и не могу работать. Где выход, доктор? Я так устал».

Пациент мне попался очень скептический, недоверчивый, аналитичный. На всякий случай решаю проверить тесты на внушаемость. Рукой – «условным магнитом» – тяну его назад, и вдруг он валится как сноп.

«Миша, – говорю, – вам повезло. Оказывается, вы способны очень хорошо воспринимать мои методы лечения. Это серьёзная заявка на успех. Теперь проверим, как вы реагируете на «бароциклон». Этот новый прибор, камера с быстро меняющимся атмосферным давлением, применяется в русской военной медицине для массажа сосудов мозга, коронарных артерий сердца и капилляров в костях».

«А я там не задохнусь?»

«Не бойтесь, один цикл длится всего три минуты. Я буду стоять рядом».

Наблюдаю через прозрачную мембрану, как он успокаивается, несмотря на то, что в камере довольно тесно. А у него же с детства страх закрытых помещений. Сразу делаем ещё три минуты тестирования. Пациент всё переносит без проблем, а это ещё один путь к тому, чтобы убрать базовый страх.

Как выяснилось, причиной его, конечно неосознано, была Мишина мама-врач, постоянно требовавшая стерильной чистоты в доме, аргументируя тем, что от микробов можно заразиться и умереть. Это было её лозунгом.

Затем мы с Михаилом перешли в другое помещение, и я сделал ему массаж мышц шеи и плеч специальным массажным ап-

паратом, вызвав очень сильное ощущение тепла в этой области. С помощью моего прямого внушения пациент зафиксировал у себя это ощущение. Я когда-то придумал и назвал все эти действия «созданием психологического якоря». С его помощью пациент легче погружается в гипнотический транс.

Я обратил внимание, что мышцы шеи и икры ног у Михаила были, как железные. Работая только руками, их было бы невозможно размассировать. Пациенты такого типа всегда имеют очень высокий мышечный тонус, не любят спорт, не знают, что такое расслабление. Например, у меня был пациент, у которого ночью возникали сильнейшие судороги в икроножных мышцах. Тогда он вытаскивал из-под кровати заранее припасённый молоток и лупил им по икрам.

Наконец, после успокаивающей процедуры гипноза, Михаил произнёс: «Какое необычное состояние. Как будто я весь раскис, как тесто». «Не раскис, а расслабился, – поправил я его. – Ваш мозг давно уже забыл эти приятные ощущения, точнее, потерял схему-образ расслабленных мышц. Поэтому мы теперь будем заниматься своеобразными тренировками и с помощью психологических якорей усиливать кровообращение в руках и ногах».

Перед уходом Михаил неожиданно спросил:

«Доктор, вы что, суеверный?»

«С чего вы взяли?»

«А вы Алексу, когда он уходил, приказали обязательно в wartzimmer в зеркало посмотреться».

«Нет, - отвечаю, - к суеверию это не имеет никакого отношения. Просто я каждому пациенту перед уходом советую увидеть в зеркале, как порозовела кожа на лице».

Благодаря нашим процедурам, особенно у молодых женщин с лабильной вегетативной нервной системой, всевозможные угри и прыщи проходят, кожа становится бархатистой, чи-

стой. Если была жирной – подсыхает, если сухой - становится более мягкой и нежной. Компьютер мозга сам выставляет программу нормы обмена веществ.

Я обещал Михаилу, что месяца через два он перестанет так сильно потеть, особенно ночью, как сейчас. Жена будет этому очень рада, так как выделение пота у него сопровождается неприятным, тяжёлым запахом. В общем, получается автоматизиро-ванная косметология, только без кремов, мазей и выдавливания прыщей. «Доктор, а мне всё равно, какая у меня кожа. Я вообще давно уже не смотрюсь в зеркало, а если случается, то лица своего не вижу, как будто его и нет. У меня, в отличие от жены, нет ни одной фотографии – ни на стенах, ни в альбоме, ни вместе с ребёнком, ни с женой». Эта тема, подумалось мне, требует серьёзного исследования. Необходимо поговорить с матерью и с женой.

Мама Миши оказалась очень энергичной женщиной. В прошлой нашей советской жизни – толковый гинеколог, в сегодняшней, западной, – медсестра с многочисленными ночными дежурствами.

Как всё-таки легко говорить с людьми, не растерявшимися в чужой стране, живущими делом, без фантазий и заблуждений, у которых нет времени «перемывать косточки» другим.

«Мишка у нас родился недоношенным, очень много болел, из-за этого о рождении другого ребёнка даже и не думали. Тряслись за его здоровье жутко. – рассказала мне мама. – Наш «свет в окошке» был к тому же очень хорошеньким, и каждый, кто его видел, об этом говорил. Учителя в школе им гордились, как «гениальным» учеником, добрым, всегда готовым помочь другим ребятам в классе. В 15 лет мы привезли его в Германию. Долго жили в общежитии. И вдруг Миша лет с семнадцати начал довольно резко меняться в поведении. Стал больше уединяться, заметно меньше стал рассказывать мне о своих делах,

обсуждать прочитанное в книгах или отношения с ребятами в классе. Мы ведь с ним были всегда как одно целое. В этот период он сдружился с девочкой из нашего общежития. Она часто заходила к нам в комнату, и они вместе делали уроки. Миша много помогал ей по математике и немецкому. Девочка жила вдвоём с мамой, особой, вечно недовольной абсолютно всем и всеми, ссорившейся с соседями буквально по пустякам, постоянно рассказывающей, как замечательно они жили в Украине на зависть другим. И вот я узнаю, что эта дама говорила о том, каким успехом у мальчиков пользуется её красивая дочь, и, мол, этому «уроду», то есть моему сыну, даже и рассчитывать не на что. Очень похоже, что Миша как-то это услышал или, может, эта стервова прямо ему об этом заявила. Возможно, с тех пор он и перестал любить себя и свою внешность, стал бояться смотреть в зеркало и фотографироваться, не осознавая, почему ему это так не нравится».

Через два дня на мой вопрос о самочувствии Миша ответил:

«Если честно, то я огорчён. Вчера вечером, перед сном, меня опять жутко затрясло. Появились мысли, что всё равно мне крышка, что все наши с вами усилия бесполезны». Спрашиваю:

«А что за день у вас вчера был? Нагрузки на работе большие?»

«Да-а, вчера был супердень. Восемь часов без обеда, как приклеенный к компьютеру. Срочное задание шефа. У нас это частенько бывает».

«Так, возможно, это и есть причина вашего обострения?»

«Да, вроде, нет. К такой работе я уже привык, ничего нового».

«Ну, а вечером, дома, смогли отдохнуть?»

«Да. Сидел у компьютера в интернете в поисках новой квартиры. Мы уже давненько ищем новое жильё».

«Ну, и нашли что-нибудь?»

«Нашёл. Страничку русской хроники о жизни знаменитостей. Кто женился, кто развёлся, кто умер. Ну, я и зацепился, стал искать кого не стало из-за болезни сердца. Оказалось, что сразу нескольких. И понеслось, как всегда, – мои мысли, мои скакуны. Только под утро уснул».

КОСМЕТОЛОГИЯ БЕЗ КРЕМОВ

Многие специалисты говорят и пишут о том, что нет заболеваний кожи, а есть сбой в действии ритмов мозга на центр обмена веществ в его подкорковой области.

Помню, в практике появилась пациентка, на которую страшно было смотреть. Кожа век и вокруг глаз была багрово-красная. Сами веки – потрескавшиеся и опухшие. Прямо женщина-вамп! В течение двух лет эта симпатичная мама маленьких детей (кстати или не кстати – по профессии косметолог) отчаянно боролась с внезапно появившейся болезнью. Кожные врачи поставили диагноз: нейродермит, выписывали всевозможные мази из антибиотиков и гормонов. Это ненадолго помогало, отёки век и краснота уменьшались, а затем с каждым разом становилось ещё хуже. Ей пришлось работать в тёмных очках, появился страх потерять профессию.

Представьте себе косметолога с таким ужасным лицом! Попадает она ко мне в полном отчаянии. Выясняем, что 2,5 года назад в автомобильной аварии погиб ее двоюродный брат, которого она очень любила. В тот период дети у неё были ещё совсем маленькими, поэтому часто вставала к ним по ночам, а днём ещё и умудрялась работать по специальности на дому. Заметила изменения на коже лица, думала, что это аллергия на тушь. Прекратила красить ресницы. Но, увы... Болезнь прогрессировала.

С помощью нейро-лингвистического программирования схема болезни в мозгу постепенно начала разрушаться, кожа стала бледнеть, отёки век уменьшаться, как вдруг возникло новое обострение. Оказалось, пациентка в трамвае увидела, как мужчина, сидевший напротив, внезапно побледнел и упал на пол, потеряв сознание. Трамвай остановился, вызвали реанима-

цию, стали оживлять... И всё это на глазах у женщины! Конечно, это вызвало оживление следов памяти, связанных с гибелью брата. Странно было то, что обострение на коже лица стало намного сильнее, чем до прихода ее ко мне.

«Доктор, я теряю надежду. Неужели этот кошмар будет всю жизнь меня преследовать?»

Хорошо, что в моей практике такое уже случалось. Я успокоил женщину: через обострение болезни, которое непременно пройдет, произойдет более быстрое улучшение состояния. Я называю такое явление «улучшение через обострение».

Так всё и происходило. Правда, ухудшение состояния кожи на этот раз держалось около двух недель...

Надо сказать, что первые опыты по лечению кожных заболеваний я начал очень давно. И первой такой пациенткой, помню, была проводница поезда дальнего следования, которую неожиданно бросил муж. Вскоре после этого у неё появилась мокнущая экзема на голенях, сопровождающаяся нестерпимым зудом. Мазевые повязки, назначенные врачом, помогали мало. Когда она, сняв бинты, показала мне ноги, я увидел «красное месиво». Здоровых тканей просто не было видно. Кто-то её надушил провести лечение гипнозом.

Учитывая чисто психогенный характер процесса, я решил попробовать. Буквально за несколько сеансов удалось утихомирить зуд, язвы начали подсыхать, вернулся нормальный сон.

Всё увиденное меня очень воодушевило, придавало уверенности в успехе. Кстати, уверенность и опыт врача значительно усиливают эффект лечения.

Как-то раз пациентка с вегетативно-сосудистой дистонией, у которой я полностью снял головные боли, попросила со слезами на глазах помочь её шестнадцатилетней дочери, страдающей нейродермитом с изнуряющим зудом. На приём при-

шла стройная девочка с огромными голубыми глазами. Вся шея и кисти рук были в кровавых расчёсах. Недавно в её школе был бал, но ни один парень не пригласил её танцевать. Весь вечер она простояла в одиночестве.

«Они мною брезгают», – расплакалась девочка.

На меня это очень подействовало (я же тогда был много моложе), и я «завёлся», взял её крепко за руку и сказал:

«Я тебе обязательно помогу, но с одним условием. Если ты его не выполнишь, лечение будет бесполезным».

«Хорошо, – сказала она, вздохнув. – Я на всё согласна. Что нужно делать?»

«Запомни всех привлекательных парней, которые с тобой не танцевали. Через некоторое время ты станешь очень интересной девушкой. Уже сейчас у тебя классная фигура и красивые глаза. На выпускном вечере ты не должна ни с одним из этих парней танцевать, когда они будут тебя приглашать».

Через несколько месяцев лечения гипнозом, кожа на шее у девочки стала чистой, а на кистях рук оставались еле заметные шрамы (всё-таки болезнь длилась много лет). А года через полтора на пороге моего кабинета появилась незнакомая стройная, интересная девушка. Я не сразу её узнал.

«Доктор, я только на минуточку, я не на приём. Хочу Вам сообщить, что своё обещание я сдержала. На выпускном вечере сама выбрала партнёра на танец. Всем остальным – отказала. Теперь я абсолютно здорова! Смотрите, даже на руках нет следов!»

Прекрасные глаза ее светились от счастья. Мои, наверно, – тоже...

Часто пациентки, лечившиеся у меня по поводу заболевания кожи, сообщали мне о том, что уже в процессе лечения чаще стали ходить в парикмахерскую, так как волосы стали расти быстрее, – изменилась их структура, они стали крепче и толще, перестали обильно выпадать. Я объясняю это тем, что

зачастую это люди невротического склада, с очень лабильной психикой. Как известно, чем неустойчивее психика, тем больше мышечное напряжение не только мышц спины и ног, но также и мышечного корсета кожи головы, а это ведёт к пережиманию сосудов, питающих волосы...

ЗДОРОВЫЕ ВОЛОСЫ – ИСТИННОЕ БОГАТСТВО

Жена молодого офицера Наташа Г. пришла на приём в парике.

«Доктор, после мытья головы в ванной оставляю кучу волос. Кожа на голове постоянно зудит, кажется, что она грязная. Всякие припарки, рекомендуемые дерматологами, не помогают. Волосы катастрофически редеют! Я стала себя стесняться, поэтому и парик купила, тем более, что врачи советовали.

«Как Вы думаете, Наташа, что явилось причиной такого необычно сильного выпадения волос?»

«Ну, первое, что приходит в голову, наверное, качество воды – она у нас жёсткая. Возможно, не то ем, что надо моим волосам. Может, и нервы мои – причина. Стала чаще просыпаться по ночам: какие-то кошмары снятся. Не могу понять – вроде физически не устаю, дети хорошо учатся в школе, муж до самого вечера дома или ещё где-нибудь...

«Как это «где-нибудь»? Не знаете или есть предположения?»

«Догадываюсь... Он очень изменился за эти два года. Стал прикладываться к бутылке, раздражается по мелочам, даёт волю рукам. Недавно так отколошматил, что живого места на мне не было! Кричал, что я, вроде, толстая и ленивая стала».

Спрашиваю:

«А сексуальные отношения тоже изменились?»

«Ох, доктор, да я уже стала забывать, что это такое. Похоже, другая его утешает»...

«Так Вы же интересная, привлекательная женщина!»

«Была, да. А сейчас старая сорокалетняя вешалка».

«Наташа, а несколько лет назад была между вами любовь и

желанная постель?»

«Ещё какая! Пух да перья летели!»

«А хотите всё вернуть? И волосы впридачу. Только нужно потрудиться!»

Она оживилась:

«Очень хочу, особенно красивые волосы»...

Решили: гипнотерапия, диета, спорт. В течение месяца я проводил регулярные, со стимулирующими внушениями процедуры гипноза. Через несколько недель Наташа с удовольствием сообщила, что заметно начала меняться структура волос, они стали живее, прекратился зуд кожи головы, но она по-прежнему ходила в парике. Женщина занялась бегом трусцой, держала диету.

Я ушёл в отпуск, и с тех пор её больше не видел. А года через два попала ко мне на приём пациентка 65-ти лет по фамилии Гордеева.

«Доктор, а я ведь не случайно к Вам записалась. Очень много о Вас хорошего от дочери слышала. Она у Вас лечилась и прямо расцвела! Может, вспомните? Наташа Гордеева».

Я чуть не вскрикнул:

«Так где же она? Почему не приходит?»

«Так они же с мужем переехали в другой военный городок. У них всё хорошо. Наташа вышла на работу, сделала себе красивую причёску. У неё же теперь густые, красивые волосы.

Мать говорила об этом спокойным, обыденным голосом, как о чём-то само собой разумеющемся. Похоже, о том, что Наташа чуть было не стала лысой, все уже давно благополучно забыли.

Кроме меня, конечно.

СЛОВОМ МОЖНО СПАСТИ, СЛОВОМ МОЖНО УБИТЬ

В семидесятых годах я работал в тысячекоечной железнодорожной больнице, и заведующие отделениями терапии, неврологии, гинекологии, кардиологии и т.д. могли направить пациентов после тщательного обследования ко мне. По долгу профессии я отвечал еще и за деонтологический климат во врачебной среде. Деонтология – наука, которая рекомендует врачу держать язык за зубами, так как в медицине «язык – мой друг и враг пациента». Неосторожным словом или фразой врач может сделать человека тяжело больным.

При этом вспоминается довольно жуткая история, приключившаяся в семье врачей. Я тогда был молод, поэтому завоевывать понимание и доверие коллег было сложно. И если бы не поддержка мудрого главного терапевта больницы Свердловской железной дороги, туго бы мне пришлось на том этапе жизни. Однажды он звонит мне: «Нужна ваша помощь. У нас в отделении лежит муж моей коллеги-терапевта с подозрением на холецистит. Постоянно жалуется на боли в правом боку. Мы его обследовали – нет ничегошеньки. Значит, это явная психосоматика. Для вас это возможность показать эффективность методик, которыми вы владеете».

И я начал работать с этим больным. Диагностировал депрессию, начал лечение. С помощью групповой психотерапии и гипноза у больного стали уменьшаться боли, начал появляться аппетит и улучшаться настроение.

Ушел я в отпуск, будучи уверенным, что с пациентом будет все в порядке. После отдыха захожу в терапию, спрашиваю, как скоро его выписали? Старшая сестра удивленно отвечает:

«Так он же повесился».

Оказывается, кто-то из больных надоумил его (так как он продолжал жаловаться на болезненность справа) показаться врачу-иридодиагносту. Эта диагностика по зрачку тогда среди людей входила в моду. Иридодиагност заявил: подозревает язву.

Мой пациент начал уверять жену, что у него в действительности что-то более серьезное, и тогда она обратилась к знакомому врачу онкодиспансера. Тому на томограмме не понравилась какая-то тень. Короче, пациент заявил, что врачи его «водят за нос», что у него рак, и никто уже ему помочь не сможет. Через несколько дней он покончил с собой.

Вскрытие никакой патологии не показало.

Почти в это же время звонит мне главный хирург больницы Вениамин Вуберман. Мы были с ним в добрых отношениях, так как я его успешно лечил иглотерапией по поводу невралгии тройничного нерва. Тогда-то он и проникся моими методами.

«Слушай, меня одна пациентка просто достала. Я ее прооперировал по поводу панкреатита, а там ничерта нет. Вероятно, были просто невротические спазмы в кишечнике. Она ревет и кричит, что боли стали еще сильнее. Не могу же я ее в таком состоянии выписать из отделения. Может, ты ей поможешь?»

И вот, захожу к больной в палату, пытаюсь поговорить, но контакта не получается.

«Не уговаривайте меня, – говорит она, плача. – Я ведь знаю, что меня разрезали и тут же зашили, а через 20 минут назад в палату умирать привезли».

«Так вы же были под наркозом!»

«А мне всю правду соседка по палате рассказала».

Хочу обратить внимание читателя, что еще в те далекие годы для меня стало ясно, что особенности личности влияют на характер и силу болевых ощущений. Моя пациентка была главным бухгалтером – настойчивая, упрямая, с хорошей памятью,

очень нервная и недоверчивая. Убедить, что хирург у нее ничего не нашел, было невозможно.

Тогда я решил пойти на риск.

«Вениамин, мы должны показать нашей пациентке ход операции, записанный в истории болезни (а это строго запрещено)».

В ответ поток возмущенной брани.

Говорю: «Тогда и лечи ее сам, своими хирургическими методами».

Но когда пациентка окончательно лишилась сна, он сдался.

Я дал женщине историю ее болезни, где шаг за шагом записывался ход оперативного вмешательства, подписанный ведущим хирургом клиники. Больная дотошно вчитывалась в каждое слово, а я спокойно наблюдал и ждал вздоха облегчения, как вдруг бухгалтерша произнесла:

«Вот это предложение не очень четко написано и, может быть, не случайно».

Я возразил, что это серьезный юридический документ. Но она отложила историю болезни в сторону и продолжала страдать дальше. Я чуть не заорал от досады.

Вновь иду к Вениамину и с железом в голосе предлагаю переписать на отдельный листок нечетко написанную в истории болезни, подозрительную для нашей милой бухгалтерши фразу да еще и поставить свою врачебную подпись и печать. Это подействовало, а я спас больную женщину от развивающейся тяжелой депрессии. После этого случая Вениамин шаркался от меня несколько дней, и даже тройничный нерв перестал его беспокоить.

Лечилась у меня от головных болей, и вполне успешно, очень важная дама – директор магазина полуфабрикатов, в голодном Свердловске почти полубог. Однажды она вновь обратилась ко мне:

«Маму выписали из 32-ой больницы (лучшей клиники Свердловска), из неврологии. Полтора месяца обследовали и

лечили по поводу постоянных головных болей, но безуспешно. Теперь вся надежда на вас. Помогите».

И вот ко мне на прием приходит в платочке старушка из деревни Чернушка, что под Свердловском. Глаза добрые и печальные (глаза человека всегда мне о многом говорят). Поздоровалась, а я спрашиваю неожиданно для неё:

«Мария Ивановна, а Вы в Бога верите?»

Она сразу съежилась и насторожилась:

«А зачем Вам это?»

Для меня это было сигналом – значит верит.

«А потому я спрашиваю, что вы нерегулярно в церковь ходите. Перед сном-то хоть креститесь на икону?»

Вопросы мои были как снег на голову – это же было в советское время. В общем, разговорились, бабуля оттаяла. Выписал ей микстуру, рассчитал по схеме дозу брома и кофеина.

«Итак, Мария Ивановна, это лекарство необходимо пить регулярно. Перед тем как выпить его, ложку необходимо перекрестить и сказать шепотом: «Дай Бог мне здоровья и моему врачу Анатолию Наумовичу». И еще порекомендовал обязательно регулярно ходить в церковь.

Прошло где-то месяца два, как вдруг снова позвонила дама-полубог:

«Анатолий Наумович, что Вы сделали с моей мамой?!

Мелькнула мысль, что надежда получить хорошие продукты «по-блату» накрылась «медным тазиком». Но дальше слышу:

«Доктор, вы же кудесник! У мамы уже месяц почему-то не болит голова. Она ходит по деревне, по соседям, и всем рассказывает, что доктор выписал ей хорошее лекарство и посоветовал его крестить, что она и делает. Правда, при этом говорит: «Дай Бог здоровья мне и тому врачу, имя которого я забыла».

Вот так и рождаются слухи о чудесах.

Красочных описаний моим «чудодействам» добавила

история о том, как я снимал приступы бронхиальной астмы по телефону. Тогда у меня еще не было машины – 30 лет назад собственная машина была роскошью. Жили мы в центральной части города, а второй больничный стационар находился у «черта на куличках», в полутора часах езды на трамвае.

И вот в воскресенье звонит мне домой дежурная сестра и говорит, что у моей тяжелой больной, гормонозависимой Лены, инвалида второй группы, обострились приступы удушья. Ввели в вену уже все возможные лекарства, но состояние остается тяжелым.

Надо сказать, что Лена была для меня очень интересным пациентом. Я пробовал тогда снимать астматические приступы прямым внушением «зрачки в зрачки». В ряде случаев это хорошо получалось, особенно с моей подопечной. Но это же происходило при прямых контактах. А тут состояние пациентки значительно ухудшилось. «Анатолий Наумович, попробуйте что-нибудь сделать. Больная верит только вам!».

Прошу передать трубку Лене. Слышу слабый голос, и как она жутко хрипит. Без малейших колебаний (а это всегда со мной происходило во время работы, приходило ощущение прилива невероятной силы, ощущение – я все могу) провожу внушение формулами, которые были уже Лене знакомы по нашей совместной работе. Минут через двадцать дыхание у нее стало выравниваться. Это означало, что в центре дыхания, в подкорковой области мозга, появился нормальный физиологический ритм. Так я опробовал метод телефонной суггестии.

БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ

Должен сказать, что моя профессия требует безошибочного, порой интуитивного действия. Дело было в Таллинской портовой больнице. Звонит мне врач из интенсивной терапии как раз в момент проведения групповой психотерапии:

«Твоя пациентка с бронхиальной астмой находится у нас в статусе астматикус». Это означало, что приступы идут один за другим. В некоторых случаях это может кончиться катастрофой, то есть полным отеком слизистой бронхов. Врач-реаниматолог говорит, что ввел в вены все возможные при этом лекарства и боится передозировки. А пациентка кричит, что умирает, и что только доктор Матенко может ее спасти. «Короче, Анатолий, давай быстро к нам в реанимацию».

Я ему:

«Ты в своем уме! Где это видано, что психотерапевт бежит в отделение интенсивной терапии?»

«Слушай, но она же кричит, что только ты ей можешь помочь, как и раньше».

Я бросил группу – и наверх. Что делать и что говорить часто приходит в такой момент только интуитивно. Главное – попытаться переключить мозг.

После получаса борьбы за жизнь больная уснула. Зато я пару дней чувствовал себя очень уставшим.

Но ещё большего напряжения сил и несомненного риска стоила мне Надя – симпатичная, худющая брюнетка 28-и лет с печальными голубыми глазами и очень одинокий человечек. Из-за бронхиальной астмы она была инвалидом второй группы без права на работу. Надя прошла у меня трехнедельный курс гип-

ноза, и терапевты уже начали ее готовить к выписке. Внезапно произошла очень резкая смена погоды. Многие вокруг, включая самих врачей, постанывали от головных болей. И конечно наступило ухудшение и у Нади. В течение нескольких дней она постоянно находилась под капельницей. Но как только систему убирали, развивался тяжелый приступ.

Вызывают меня. Заведующая отделением спрашивает, что можно предпринять с моей стороны. Идем в палату, и здесь я вдруг говорю удивленно:

«Надя, привет. Ты что здесь делаешь?»

Она шепчет:

«Болею».

«Напрасно болеешь. Тебе уже давно пора быть в лучшей форме. Короче, я жду тебя у себя в кабинете на четвертом этаже».

«Так я же не дойду, задохнусь!».

«А ты очень постарайся. Хватит в больнице загорать – здесь же ни черта интересного нет».

Говорил я специально грубовато. Врач-терапевт была шокирована и даже несколько раз меня локтем в бок двинула (мы же молодые были).

Вышли в коридор:

«Ты что делаешь! Как она к тебе придет в таком состоянии?»

Я говорю:

«Приползет. Она нуждается во мне как во враче, который снимает у нее страх одиночества».

«Ладно, - говорит коллега-терапевт, - если что, то ты и отвечаешь».

Дело было в пятницу. В субботу и в воскресенье я был сам не свой. В понедельник в десять утра, слава Аллаху, моя Надюша в сопровождении медсестры миленько сидела перед кабинетом. А через неделю ее в удовлетворительном состоянии выпи-

сали из стационара с рекомендацией продолжить амбулаторное лечение у меня гипнозом и иглоукальванием. В общем, дело у нее пошло хорошо.

На волне успеха я потребовал, чтобы Надя приходила на лечение, одеваясь разнообразней и красивее.

«Ты же очень симпатичная, стройная. Будешь одеваться, как старушка, я откажусь тебя лечить».

Видимо от страха, что откажут в лечении (попасть ко мне в те годы было не совсем просто), молодая женщина стала приходить в новом наряде Дальше – больше. Я сказал ей, что такой симпатичной нужно замуж, ведь к тридцати «подгребают».

«Да вы что, Анатолий Наумович, кому я, инвалид, нужна?»

«Послушай, – говорю, – я ведь еще и мужчина, не только врач, и кое-что в женщинах понимаю. Ты привлекательна, и у тебя есть шансы найти человека».

Надя пришла через несколько месяцев:

«Я нашла парня, как вы наказали. Он носильщик чемоданов на вокзале. Уже и предложение мне сделал. Только вот любит выпить, что делать – не знаю».

«А ты попробуй, надо ведь когда-то начинать, тем более здоровье у тебя теперь намного лучше, приступов почти не стало. Только если будет пить, тогда он нам не нужен».

Через некоторое время приходит печальная:

«Мы расписались и стали жить у меня в комнате, а он буквально не просыхает – запойным пьяницей оказался».

«Слушай, – говорю, – я много с алкоголиками работал и скажу, что дело очень серьезное, похоже у него вообще нет мотивации к трезвой жизни. Надо гнать его в шею. Жизнь с таким подарком может обострить твое заболевание. Есть в этой ситуации и положительный момент. Теперь в твоём паспорте стоит штамп, что ты была замужем. А это значит, что ты уже была кем-то выбрана, значит и цена тебе другая, тем более, ты его сама выгнала. Следующий кандидат зауважает и задумается».

Надю потом удалось перевести на третью (более легкую) группу инвалидности, которая позволяла ей уже полноценно работать.

За многие годы я пришел к выводу, что нельзя сразу пациенту отказывать в лечении гипнозом, несмотря на то, что в определенных случаях для применения метода нет показаний. Дело было еще в Свердловске. В наше неврологическое отделение пришло письмо от ветерана труда с просьбой пролечить методом гипноза его дочь, инвалида второй группы по рассеянному склерозу.

«Мы слышаны, что у вас есть доктор, который просто творит чудеса. Умоляю, примите на лечение мою единственную дочь».

Посоветовались мы с заведующей и решили не компрометировать метод и отказать в этом виде лечения.

Прошло какое-то время, я уже забыл об этом письме, но однажды открываю дверь, чтобы пригласить людей на процедуры – в гипнотарии было всего шесть лежачих мест для группового сеанса, очередь была на месяц вперед – как вдруг неожиданно передо мной появляется пожилой человек и кланяется:

«Простите за нахальство, но умоляю Вас провести лечение дочери. Она говорит, что вы ей снитесь по ночам и что вы ей обязательно поможете».

Вперед выступила сторбленная молодая женщина с палочкой в руке:

«Доктор, не откажите», – и расплакалась.

Я же не чурбан какой-то.

«Ладно, – говорю, – один раз попробуем».

К счастью, в этот день одно место было действительно свободным. Провел процедуру гипноза вместе с иглотерапией.

«Теперь можно потихоньку вставать».

А сам незаметно наблюдаю, как ведет себя новенькая. Смо-

трян, она вроде увереннее встала на ноги. А надо сказать, что у больных рассеянным склерозом одним из симптомов болезни является шаткая походка. С годами они вообще плохо чувствуют свои ноги и, будучи совсем молодыми, перестают передвигаться. Неожиданно я говорю:

«Галя, теперь ты сможешь лучше ходить. Давай, попробуй!»

Она делает несколько шагов, совершенно забыв про палку.

«Хорошо. Давай еще, вперед, вперед!»

«Ой, а моя палка?!»

В этот момент я говорю очень твердо:

«Ты можешь после такого лечения пойти без нее. Давай смелей и не останавливайся!» Так началось возрождение, выход из острого периода болезни в ремиссию (относительно стабильное состояние).

Невропатологи приходили смотреть на Галю, как на музейную реликвию. Никто не мог поверить, что буквально через два месяца она могла уже вышивать (до этого у нее было двоение в глазах), танцевала с хула-хупом и ходила без палки!

В течение четырех лет я получал от нее хорошие письма, и только дважды за это время она была у меня на поддерживающих курсах.

Я сделал вывод, что, вероятно, есть формы этой серьезной органической болезни, при которой можно помогать не только с помощью гормональных препаратов.

Чуть было не забыл сказать, что у отца Гали в день приема сильно болели плечо и рука. Он сидел за дверью и ждал дочь. Но после всех событий у него в тот же день прошла боль в плече и руке.

АТАКИ ПАНИКИ

В те годы, когда я работал в Свердловске, частный телефон имел не каждый. А у меня бывали пациенты с вегетативными пароксизмами – в Германии это заболевание носит название «паник-атаки», – которым требовалась более тесная связь с врачом. Тогда я придумал способ, как ее поддерживать. Давал такому пациенту свою фотографию, где я был изображен крупным планом и в белом халате, а на обратной стороне писал формулу внушения, которую мы разрабатывали вместе с пациентом.

В принципе идея была неплохая, но начались непредвиденные проблемы. Представьте себе, что молодая женщина перед сном достает из-под подушки фотографию молодого человека, а в молодости, надо сказать, женщины от меня не отворачивались, и начинает, вглядываясь в это фото, что-то себе шептать. Нормальный муж, конечно, начинает возмущаться или принимает более крутые меры. В общем, этот вид помощи мне пришлось приостановить из-за «побочного действия» или, как говорят немцы, wegen Nebenwirkungen.

На курсах психотерапевтов в Москве участники нашей врачебной группы задали вопрос главному специалисту страны профессору Прожнову: что же все-таки такое, по его мнению, словесное внушение? Профессор ответил общей неконкретной фразой, что это свойство человеческой психики. Вероятно, по-другому ученые тогда ответить не могли.

Но с началом компьютерной эры уже с уверенностью можно было сказать, что внушение – это самое настоящее программирование биокомпьютера человеческого мозга, кото-

рый в автоматическом режиме управляет абсолютно всеми биохимическими процессами в органах, мышцах, сухожилиях и костях организма.

По моему мнению, абсолютно все методы психотерапии в большей или меньшей степени используют человеческие способности к внушению или самовнушению. Таких техник воздействия достаточно много.

Но я бы выделил, прежде всего, пришедшую к нам из веков технику гипнотического транса, как наиболее эффективную и оперативную. Безусловно, она (техника) должна проходить под руководством обученного врача-специалиста, который руководит и управляет процессом. Но есть техники, которые люди пытаются применять и без присутствия врача. Это и медитация, и аутогенная тренировка, и реоаксация по Джейкобсону, и нейро-лингвистическое самопрограммирование, и когда-то модная реинкарнация (регресс возраста). Все это, без исключения, базируется на внушении и самовнушении.

Какие удивительные адаптационные способности с помощью внушения может проявить психологическая защита нашего подсознания, убеждает случай с молодой женщиной, у которой случилось большое горе – внезапно умер муж, анестезиолог нашей больницы, причем, прямо на работе, во время ночного дежурства.

Оказалось, что он в течение нескольких лет в больших дозах принимал наркотические средства. Женщина осталась одна, без работы, с маленьким ребенком на руках.

На похороны пришли многие сотрудники больницы, в том числе и мой предшественник доктор Трошин, который много лет занимался лечением гипнозом и даже провел вместе с хирургами несколько операций на щитовидной железе без наркоза, обезболивая оперируемого внушением в гипнотическом трансе. Во время прощания гроб стоял в приемном покое, где было много людей. С молодой вдовой случилась настоящая ис-

терика – она неудержимо рыдала и громко кричала. В таком состоянии ехать с ней на кладбище было невозможно. И тогда доктор Трошин отвел женщину в пустой кабинет, положил на кушетку и ручными пассами стал успокаивать, а затем словесными внушениями погрузил в сон. Спустя некоторое время, вдова с легкой, смущенной улыбкой вышла из комнаты и, успокоенная, поехала на кладбище провожать мужа в последний путь.

После этого события в больнице еще долго, и порой даже возмущенно, шептались об увиденном. Многие не понимали, что таким странным образом мозг человека подсознательно уберегал организм от болезненного разрушения.

Внушаемость проявляется у разных людей в разной степени. Особенно ярко она выражена в детском возрасте, несколько слабее – в среднем, и начинает уменьшаться в старости. Внушение, в отличие от убеждения, входит в сознание человека не «с парадного входа», а как бы с «заднего крыльца», минуя сторожа-критику.

Очень интересно высказывание по этому поводу гениального русского писателя Льва Толстого, который с удивительной прозорливостью, не будучи врачом, писал: «Дети всегда находятся, и тем более, чем моложе, в том состоянии, которое врачи называют первой степенью гипноза. И учатся, и воспитываются дети благодаря этому их состоянию. Эта их способность ко внушению отдает их в полную власть старших, и потому нельзя быть недостаточно внимательным к тому, что и как внушаем мы им».

С физиологических позиций внушение есть наиболее упрощенный условный рефлекс человека на словесный сигнал. Если я гипнотизировал словесными сигналами пациента, то в коре его головного мозга начинало развиваться тормозное состояние нервных клеток, но одновременно с этим явлением возникал и очаг возбуждения в группе клеток, ответственных за слух, которые в этот момент «не засыпали и не тормозили», а актив-

но работали. В результате получалась компьютерная запись-программа в кратковременной памяти, изолированная от заторможенного частично или полностью мозга. И тогда почти ничто не мешало этой программе проникать в глубокие слои мозга, в подкорковую область, в которой сосредоточены высшие жизненные центры (сердечный, дыхательный, сосудистый и т.д.), и оказывать на них влияние. Делать это одновременно для нескольких пациентов (как это было, например, в Эстонии) даже легче и порой эффективней, чем для одного человека, как это принято сейчас в Германии.

Как-то я читал лекцию в молодежной аудитории и заметил, что ребята немного утомились. Чтобы «расшевелить» аудиторию, я предложил провести небольшой опыт, по ходу которого хотел бы выяснить, как быстро может распространяться запах одного сильного лекарственного вещества во время фитотерапии (лечение запахами растений). Попросил студентов поднять руки, как только они ощутят тот или иной запах. С этими словами я налил несколько капель темной жидкости на вату перед собой и с видом отвращения отошел в сторону. Вскоре многие почувствовали неприятный запах. Выяснилось, что запахи ощущались разные, но все – неприятные. Наконец и на задних рядах стали ощущать дошедший туда запах. Несколько девушек и одного юношу, сидящих вблизи источника запаха, пришлось даже вывести из аудитории – так им стало дурно. После опыта я открыл ребятам правду: темная лекарственная жидкость была простой водой, которую я предварительно подкрасил темными чернилами. Если бы такой опыт можно было провести с каждым в отдельности, то внушаемых оказалось бы значительно меньше, так как в большой аудитории внушающее воздействие реализуется значительно сильнее из-за взаимоиндукции. Вот почему следует считать групповое внушение в ряде случаев более целесообразным, чем индивидуальное.

В моем отделении в Таллине было шесть кроватей для груп-

пового гипноза. Однажды с пациенткой, страдавшей спастическим колитом с многолетними запорами, я проводил специальное лечебное внушение в трансовом состоянии. И вот после процедуры другая больная попросила меня сделать такое же внушение ей персонально. «Сделайте мне такое же внушение, хотя лечите Вы меня по поводу головной боли! Валентина сказала, что ей легче стало ходить в туалет...»

Кстати, о необычных внушениях в гипнозе, которые мне приходилось делать.

Лет пять назад ко мне попал с экзогенной депрессией хозяин большого похоронного бюро на юге Германии. На фоне основного заболевания у него с детства была проблема произносить вслух свою фамилию. Он всячески избегал брать телефонную трубку для разговора, так как при этом принято называть себя. А мужчина сразу начинал сильно, до спазма в горле, заикаться. И это в возрасте 52 года! Удалось выяснить, что рос он нелюбимым ребенком в многодетной семье. В школе его часто обижали сверстники. Уже тогда начал заикаться, когда нужно было назвать свое имя. Так формировался и цементировался комплекс неполноценности. Можете себе представить, что я должен был ему внушать в состоянии гипноза!

И я внушал моему пациенту: «Герр Мюллер, слава богу, Вы стали взрослым, успешным мужчиной, главой хорошей, большой семьи. Вас уважают и любят жена и дети, которых Вы вырастили и дали всем хорошее образование. Ваши работники ценят Вас как строгого, но справедливого хозяина. Много лет Вы вкладывали большие усилия в свою фирму, которая пользуется доверием и прекрасно обслуживает население всей области. Ваше имя стоит на главном входе в гешефт. Вы своим делом заслужили право гордо носить свое имя. Поэтому Вы можете уверенно сообщать звонящим людям, кто с ними говорит!»

В 1981 году на экранах Союза появился документальный киноочерк, сделанный свердловской студией «Кто Вы, док-

тор Матенко?» Когда киношники появились для съемки у нас в больнице, это произвело «неизгладимое» впечатление на «доброжелательных» коллег. И позже я даже пожалел, что дал согласие на съемку.

А началось все с того, что ко мне привели одиннадцатилетнего мальчика, много лет страдавшего ночным энурезом (недержанием мочи). Мать сказала, что уже устала водить его по врачам. А в этом деле очень важно, чтобы детям было интересно и понятно, чем и как их лечат.

У меня есть своя методика, которая очень часто хорошо срабатывала. Я объяснил ребенку, что он должен перед сном зажечь в своем мозгу красную лампочку тревоги. В гипнотическом трансе с помощью внушения дети прекрасно это делают. И после ряда процедур-тренировок выздоравливают без всяких лекарств.

Мальчик оказался сыном режиссера-документалиста. И я «имел счастье» или, вернее, «несчастье» попасть на экран и получить затем «головную боль», отвечая на пачки писем страждущих. Это раздражало мое начальство и коллег.

К слову сказать, мне пришлось лечить не только маленьких детей с этим диагнозом. Я помог 17-летней девушке, страдавшей энурезом, которая приходила на лечение в модных туфлях на высоченных каблуках, с маникюром и подкрашенными губами.

У студента мединститута, 23-летнего, высоченного роста и крепкого телосложения парня была та же проблема, которая сформировала в нем комплекс неполноценности. И уж совсем редкий случай, когда ко мне пришел за помощью мужчина 32-х лет, у которого было два здоровых маленьких ребенка.

Мужчина к своему несчастью, будучи сильно уставшим, по ночам периодически обмачивал в постели свою жену. Сами подумайте, какой же секс она могла иметь с этим человеком!

Все эти больные неоднократно проходили лечение у уроло-

га, прежде чем попасть ко мне, но никаких органических изменений врачи у них не находили. К сожалению, это часто встречается и при такой тяжелой болезни как эпилепсия. Ведь если очаг заболевания обнаружен, то у нас, в Германии, хирурги (кстати, одни из лучших в мире) его прекрасно оперируют. Но некоторую часть молодых пациентов без явных очаговых признаков можно попытаться лечить с помощью гипноза.

В упомянутом кинофильме было показано, как я здоровенной процедурной иглой прокалывал руку Татьяны, двадцатилетней девушки, внушив ей, что она не будет чувствовать боли именно в этом, конкретном, месте руки, которое я «заморозил» - просто предварительно обвел эту зону авторучкой. Таня, несмотря на болезнь, отлично училась в техникуме, была первой красавицей этого учебного заведения, обладала уникальной памятью, вышивала, прекрасно рисовала, занималась художественной фотографией. Одно было плохо – болезнь прогрессировала, противосудорожные лекарства не давали значительного положительного эффекта. Девушка теряла сознание где угодно. Иногда приступы заканчивались отхождением мочи или сильными ушибами.

Эксперимент смотрелся, конечно, здорово, тем более что девушка при этом еще и улыбалась. Не стоит думать, что проделать такое можно с любым человеком. Это глубокое заблуждение. Известно, что только 3-5 % из 100 способны (я подчеркиваю это: способны!) погружаться в так называемый самнамбулический, очень глубокий транс, в котором почти бесконтрольно воспринимаются словесные фразы. Таких людей можно определить соответствующими тестами на внушаемость. Этому нас учили на специальных врачебных курсах. Конечно, нам с Таней повезло обоим. Я был рад значительно облегчить жизнь девушки, ну а она случайно нашла способ выбраться из этого каскада тяжелейших судорожных припадков, которые делали ее личную жизнь малоперспективной.

Желание лечиться было у неё просто фанатичным. Добавим сюда её прекрасную память, художественные способности и молодость. Короче говоря, через два месяца упорного лечения нам удалось сделать редкими тяжёлые дневные приступы и перевести их в ночные. Началась новая жизнь. В этот период в Таню влюбился парень по имени Коля. Я знал об их отношениях больше, чем её родители. Однажды Таня спросила меня, имеет ли она право на интимные отношения со своим другом, так как до сих пор не позволяла себе даже думать об этом, поставив на себе крест.

Я попросил её прийти вместе с Колей, побеседовал с ним. Похоже, это был серьёзный, здравомыслящий молодой человек, который был неоднократным свидетелем Таниных припадков, да ещё при этом делал всё, чтобы уберечь её в эти моменты от ушибов и повреждений. Сами понимаете, такое отношение к больной девушке встречается не часто. На мой вопрос, как он видит их будущее, парень ответил: «Я её люблю, и всё остальное для меня не имеет значение». Естественно, этот человек косвенно помогал мне улучшать состояние пациентки, которое в течение года стало более-менее нормальным.

Это означало, что её очень способный компьютер мозга образовал новую, сильную программу, которая предупреждала, гасила судорожный очаг в мозгу, не давая ему развиваться. Однажды Таня пришла на поддерживающую процедуру гипноза какая-то печальная. Теперь мы уже проводили сеанс один раз в две недели.

«Знаете, - сказала она, - мы стали часто ссориться с Колей, и я думаю, что, в основном, из-за меня».

«Вас что, больше не влечёт к нему, ни физически, ни духовно?»

«Вроде бы, я чувствую к нему большую привязанность, но что-то стало с ним не так интересно разговаривать. Ни театр, ни живопись, ни книги его не интересуют. Только и может про

свои машины и футбол. Да и соображает он как-то медленнее, чем я. Может из-за того, что родители злоупотребляют алкоголем, а им они никогда не занимались. Он теперь всё своё свободное время в нашем доме проводит».

«Скажи Таня, а кроме Коли у тебя есть ещё подруги или друзья?»

«Да, была подружка, но после того, как появился Коля, мы стали совсем редко видеться. Да и раньше не встречались часто. Я ведь, в основном, дома сидела, боялась, что приступ случится, и этот позор увидят все».

«А Коля эти приступы видел?»

«Да, конечно. И несколько раз прямо на улице помогал и домой приводил».

«Так что же, значит он доброжелательный, отзывчивый человек?»

«Ой, что вы, очень ласковый, как котёнок! Он же дома любви не видит. Родители всё время между собой цапаются».

«Знаешь, Таня, мне кажется что он и парень неглупый, да и внешне ничего себе – длиннющий, как каланча».

«Так-так. Значит, вы намекаете, что я с жиру бешусь? В общем, это уже приходило мне в голову, ведь не каждый со мной вместе будет. Мама, так та просто тает, когда Коля к нам приходит. «Коленька, садись, отдохни». «Коленька, поешь вкусных блинчиков». Да я и сама чувствую, какой он у меня хороший. Спасибо вам за очередную прочистку мозгов».

Через некоторое время Коля, после окончания учебного заведения, был призван в армию. Чуть ли не каждый день приходили от него письма, звал Таню приехать на несколько дней к нему в часть. Таня захотела узнать моё мнение.

«Думаю, ехать надо, – посоветовал я. – Только будь осторожна во время секса. Хорошо предохраняйся, чтобы не забеременеть».

«Да, я знаю, мне врачи-эпилептологи не советуют рожать.

Говорят, что это опасно и для детей, и для меня».

Прошло время, служба у парня закончилась. Теперь у молодой пары другая проблема – хотят пожениться и иметь ребёнка. У Тани приступы почти прекратились – один-два за несколько месяцев, да и то стали скоротечными. Девушка опять пришла ко мне за советом. Но я же не провидец, а жизнь без стрессов не бывает — беременность и роды могут обострить болезнь. И всё же, наблюдая Таню несколько лет и учитывая её способности и волю к победе, благоприятную тенденцию к выздоровлению, решил рискнуть и посоветовал ей рожать. Благо принимать медикаменты она уже к этому времени почти прекратила.

Они поженились и уехали на большую стройку в Сибирь, где и тем, и другим обещали хорошие зарплаты и квартиры. К сожалению, я получил от них только одно поздравление с Новым годом. Писали, что всё у них хорошо и беременность к Тани протекает нормально. А потом и я переехал в Таллин. Так мы и потерялись.

РИСУНОК РЕБЕНКА – ЗЕРКАЛО ИСТИНЫ

«Эх, если бы я вас, доктор, встретил лет 60 назад, тогда и жизнь моя, может быть, могла бы сложиться по-другому», – недавно сказал с грустью мой симпатичный пациент, которому на днях «стукнуло» семьдесят лет.

Вот уже почти полтора месяца мы пытаемся уменьшить у него сильнейшие боли в пояснице и ногах. Однако слова сожаления относились вовсе не к этой проблеме. Оказывается, в раннем детстве, во время лазания по балконам первого этажа, кто-то из мальчишек, видимо случайно, столкнул его вниз. Он упал прямо на асфальт, ударившись головой. Мать, услышав стоны ребёнка, выбежала на улицу. Ребенок был без сознания. Через день после тяжёлого сотрясения мозга пришёл в себя. Никаких телесных повреждений врачи не обнаружили. Но с этих пор успеваемость в школе начала снижаться. Весёлый, жизнерадостный мальчик стал более задумчивым, вертелся на уроках, на вопросы учительницы отвечал невпопад, был более рассеянным, чем раньше. При проверке зрения оказалось, что один глаз у него серьёзно повреждён.

«С тех пор, доктор, я стал избегать драк с мальчишками, перестал прыгать с сараев и сломя голову носиться на улице. Вообще стал сторониться шумных ребячьих компаний, боялся получить удар портфелем по голове. Учёба давалась, в основном, с большим трудом. Хорошо выучив урок дома, при ответах в школе я смущался, путался, а порой совершенно забывал то, что хорошо выучил. Эта ситуация очень меня пугала. Я, вроде, не был лентяем, учителя и родители считали меня неглупым ребёнком, но вечная рассеянность и плохая концентрация внимания делали меня каким-то другим, в отличие от сверстников. В конеч-

ном итоге, благодаря моей огромной настойчивости, я получил хорошую специальность и женился по любви. Но, но, но! Чувство какой-то неполноценности, как ни старался из себя вытравить, осталось до сих пор.

Почему я об этом вдруг заговорил? Я видел, что к вам на лечение приводят детей, и пару раз в комнате ожидания интересовался впечатлением пап и мам. И, самое главное, читал в толстой книге отзывов благодарные рассказы маленьких, счастливых человечков, поверивших в себя ещё на берегу жизни. В моё время мы ничего не знали о возможностях регуляции и саморегуляции мозговых ритмов с помощью психотерапии. Думаю, что с вашей помощью можно было бы сделать мою жизнь более достойной, без жутких, порой, разочарований в себе. И сейчас, уже во время нашего лечения и ваших разъяснений о тесной связи мышц спины с психикой, я замечаю: как сильно расстроюсь, так на следующий день начинаю чувствовать «тяжесть» в области поясницы или головную боль, причём без всякого физического перенапряжения. В общем, жизнь моя должна протекать, как в аквариуме: мало есть, много плавать и не думать постоянно, что другие рыбы меня проглотят. Ну, это шутка. Вы мне лучше скажите, как идут дела у маленького Кристиана? Помоему, последний раз я видел его две недели назад. Мама ребёнка говорила, что он стал реже жаловаться на головную боль».

«Да, это действительно так и есть», – подтвердил я. – «А она, случайно, не рассказывала вам, что её муж категорически возражал против лечения у меня. Крупный банкир, привыкший всем и всему не доверять – это, вероятно, и вам знакомо, и у вас есть такая черта характера – так вот, он даже думать не хотел о том, чтобы доверить здоровье своего отпрыска какому-то русскому гипнотизёру, который может что-то, не дай Бог, нехорошее сделать. И когда родители все-таки привели в первый раз Кристиана в праксис, банкир настаивал на своём присутствии во время процедуры. Однако на предварительной беседе один

на один с ребёнком я почувствовал, что он побаивается отца, – а это чрезвычайно важно учитывать в моём деле, – что мальчик очень заинтересовался моим предложением убирать по частям головные боли из его мозга. Поэтому я твёрдо сказал отцу, что позволю только осмотреть приборы, но на самой процедуре его присутствие может помешать лечению. Иначе пусть ищет другого врача (а они перебрали за два года уже нескольких).

История недуга мальчика была такова: одиннадцатилетний Кристиан на уроке физкультуры, проходившем на спортплощадке, крепко ударился головой. И не мудрено: парнишка был очень подвижный и неусидчивый. После этого случая ребёнок почти каждый день приходил из школы бледным, жаловался матери на усталость и головную боль. Его несколько раз осматривали невропатологи, сделали компьютерную томографию, но никаких органических изменений не нашли.

И, как на зло, мать впервые за несколько лет сидения с ребёнком дома, как раз перед началом этих событий, решила заняться собственным бизнесом и приобрела с согласия мужа не большой магазин, который, естественно, требовал внимания и заботы. Времени у неё стало хронически не хватать, а ребёнок всё настойчивее жаловался на сильные головные боли. Врачи разводили руками. Лекарства, снимающие головную боль, помогали мало.

Невропатологи высказали предположение о некотором повышении внутричерепного давления и запретили занятия спортом (до этого мальчик активно занимался теннисом) и физкультурой в школе. Лечащий врач в присутствии мальчика сказал родителям, что ситуацию нужно принять, как должное, – головные боли останутся на всю жизнь. Ребенок почти каждый день стал принимать медикаменты. Таблетки становились неотъемлемыми спутниками одиннадцатилетнего человека.

Я начал работу с Кристианом с объяснения, что лечение у меня будет похоже на тренировки, которые мы будем прово-

дять регулярно, а на экране компьютера биорезонансного прибора при измерениях будет видно, как уменьшается очаг боли. При этом я, конечно, учитывал, что Кристиан в школе прекрасно справлялся с математикой (гены папы-банкира), значит, скорее, был аналитического склада ума. Любящая чадо мать невероятно избаловала его своим вниманием, которого он внезапно лишился.

Я допускал, что поначалу, после ушибов головы с лёгкими сотрясениями мозга, начались головные боли за счёт ослабления нервных клеток коры. Это часто бывает у моих пациентов. Но затем этот механизм сделался рефлекторным, привычным и стал подсознательно выгодным Кристиану для привлечения внимания к своей избалованной, не терпящей возражений персоне.

Да, чуть не упустил важную деталь: я часто прошу детей в виде подарка нарисовать для меня какую-нибудь картинку, например, свою семью. Так вот, Кристиан нарисовал профиль лица (не конкретного) с острыми зубами, рядом был автомобиль (наверное, папин) с большим, выпирающим «зубом» впереди, а немного ниже – несколько приведений-духов с огромными челюстями и частоколом зубов. Рисунок наглядно показывал скрытую агрессию ребёнка, озлобленность и неудовлетворённость в потребностях.

После внушения в гипнозе того, что очаг головной боли уменьшается, Кристиан сообщил, что боль чуточку изменилась. Сначала он её видел в диаметре пять сантиметров, после процедуры – уже в четыре. Я похвалил мальчика, сказав, что в нём не ошибся, что он оказался волевым, классным спортсменом, который привык быть победителем и всегда выигрывать.

Постепенно способность погружаться в более глубокий транс стала у мальчика нарастать, головна боль становилась реже и уже доходила в его представлении до одного-двух сантиметров в диаметре. Кристиан стал лучше учиться в школе. Не-

смотря на то, что матери и отца почти дома не видел, их присутствие ему уже не так требовалось.

Через полтора месяца я заверил Кристиана, что при таких успехах головная боль полностью придёт к нулю, так что можно уже подумать о тренировках на теннисном корте.

Эта мотивация значительно ускорила процесс его выздоровления. К празднику я получил очень приятное поздравление с фотографией довольной, улыбающейся мальчишеской физиономии. Кристиан сообщил, что головные боли прекратились, и тренер по теннису им вполне доволен. Ну, а слова благодарности от любящего, но никогда не имеющего времени для ребёнка отца-банкира, разумеется, на моё душевное konto так и не поступили...

Однажды еду я в троллейбусе из нашего зелёного Мустамяэ в центр Таллина и с удовольствием рассматриваю новую книгу по моей специальности с таблицами и рентгеновскими снимками. Рядом садится женщина средних лет и, чуть наклонившись ко мне, начинает рассматривать снимок лёгкого, на котором видны изменения в бронхах во время гипноза. Неожиданно она спрашивает, извинившись:

«Вы случайно не врач по лёгким?»

«Да, – говорю, – но не только по ним».

«Странно, неужели не только лекарствами можно лечить приступы аллергии в лёгких? У сына уже несколько лет астматические приступы. Мы всё перепробовали. По совету врачей из квартиры вынесли все ковры, цветы, пуховые подушки. Каждый день делаю влажную уборку. Теперь вот еду давать объявление. Врач сказала, что, видимо, квартиру придётся поменять, так как она, возможно, сырая для нашего ребёнка. Я просто в отчаянии, ведь квартира досталась нам потом и кровью, но самое главное – никакого грибка или сырости я в ней не вижу. Ребёнку тринадцать лет. Умный, хороший, добрый мальчик. Ума не приложу: может, климат для него не подходит? Но самое

странное, что летом, в пионерском лагере, приступы прекращаются. Как только домой приезжает, причём, тем же летом, начинает задыхаться и хвататься за ингалятор».

«Извините, – говорю, – мне сейчас выходить. Советую не спешить с обменом квартиры. Вот вам мой рабочий телефон. Возможно, я смогу вам помочь».

Спустя несколько недель, мать с ребёнком появилась в моём кабинете. Мальчик с семилетнего возраста состоит на врачебном учёте по поводу хронического бронхита. Дважды болел воспалением лёгких. В последние годы диагностирована бронхиальная астма с приступами удушья. Постоянно носит с собой карманный ингалятор, периодически проходит курсы гормональной терапии. Отец ребёнка в прошлом серьёзно злоупотреблял алкоголем. Будучи пьяным, часто устраивал скандалы, избивал жену на глазах ребёнка. Мальчик рос в постоянном страхе очередных разборок. Но в последние несколько лет психологический климат в семье начал улучшаться, после того, как отца повысили в должности, и тем самым уменьшился его комплекс неполноценности. Он стал лучше относиться к семье. К тому же они получили новую квартиру. Выяснилось, что в худшие времена маленький Олег часто говорил: «Вот возьму ножик и убью злого папку!» Он с большой неохотой хотел находиться дома, когда пьяный отец приходил с работы. Вот вам и разгадка, почему в лагере у ребенка абсолютно не было приступов, и возникали они, в основном, только дома, в квартире. Я подробно разъяснил это Олегу. Затем мы провели курс лечения гипнозом, и условно-рефлекторный пусковой механизм приступов был окончательно разрушен. Мальчик полностью смог отказаться от ингалятора. Отдалённые результаты я проследил в течение двух лет. С Олегом всё было в порядке.

Как мы видим, основным «аллергеном» в болезни ребёнка был отец, с его постоянными придирками и нравами, вызывавший в подсознании Олега большое психическое напря-

жение, которое уменьшалось после астматических приступов. В данной ситуации они служили для его ослабленной психики вроде предохранительного клапана для сброса напряжения

В современной семье, к великому сожалению, у родителей совершенно не остается времени на тесное общение с детьми. Им некогда почувствовать душевный мир детей, разобраться в их страхах, сомнениях, постараться, по возможности, уменьшить напряжение. Безусловно, в железных устоях чертова колеса нашей действительности, делать это становится все сложнее и сложнее. В Германии женщины теперь работают почти наравне с мужчинами, из-за чего повысилась их собственная значимость в браке и требовательность к мужчинам. Ну, а почему дети-то при этом должны страдать?

Десятилетнего Карла доставила ко мне 35-летняя мамаша – очень даже привлекательная женщина на новеньком ВМВ. У ребенка было периодическое ночное недержание мочи и частые головные боли. Последнее время он стал хуже учиться в школе, убегал с уроков Я попросил мальчика сделать мне подарок –нарисовать их дом и членов семьи . На следующем приеме я получил нарисованный цветными карандашами дом с недостроенной крышей, в котором стояла вся семья. Слева – высокого роста улыбающийся папа, которого Карл крепко держит за руку, другой рукой он так же крепко держит руку улыбающейся мамы с красивой прической. Дальше стоит маленькая сестричка, которую мама тоже крепко держит за руку.

«У вас, вероятно, очень дружная семья? – спросил я женщину при разговоре один на один.

«Да-а... всякое бывает», – ответила она уклончиво.

«А какие у вас отношения с мужем, особенно интимные?»

«Да никаких! Он обращался со мной, как с животным, лишь для удовлетворения собственных потребностей. Но при этом всегда говорил, что любит. Только кому нужна такая любовь?!»

«Скажите, может быть, у вас есть другой мужчина?»

«Да. Есть. Я собираюсь уйти к нему».

«А что будет с детьми?»

«Ох, по правде говоря, не знаю. Это меня и держит».

«Ну, а Карл любит отца?»

«Да, и очень сильно».

«Так, может, еще возможно изменить ситуацию, и супруг ваш не так уж и плох. Давайте попробуем! Ведь дети очень любят отца и не случайно к нему привязаны». «Он ужасно упрямый и не согласится, доктор, с вами встречаться. Раньше я ему уже предлагала обратиться в семейную консультацию. Ответ один: тебе надо, ты и иди».

«Но ребенка-то он может привезти на лечение, если вы в этот день заняты?»

«А как же. Конечно, привезет».

Короче говоря, все получилось, как мы задумали. Но каково же было мое удивление, когда я увидел отца Кристиана. На картинке мальчик изобразил его выше матери, на самом же деле он оказался невысокого роста и почти на полголовы ниже жены. Я, как бы «случайно», попросил отца, курившего на улице, зайти ко мне в кабинет. Разговорились, и я выяснил, что он очень привязан к детям, особенно к сыну, очень любит жену. Работает много, сразу в нескольких местах, жутко устает, нервы на пределе, интимные отношения не ладятся из-за ускоренного семяизвержения и, соответственно, отсутствия оргазма у жены.

«Если дело дойдет до развода, детей я ей ни за что не отдам».

«А вы понимаете, что ваш ребенок болен неврастением, которая возникла из-за напряженных отношений между родителями. Посмотрите рисунок вашего сына. Видите, какой вы большой, сильный в глазах ребенка. Я профессиональный сексопатолог и мог бы вам помочь, если вы готовы бороться за сохранение семьи».

И что вы думаете? Желание крепко держать папу и маму за

руки у мальчика в дальнейшем реализовалось, правда, с некоторой помощью доктора Матенко.

А вот уже другой рисунок, его сверстника Карла, нарисованный черным карандашом. На вопрос: почему только черным, мальчик ответил: «Не знаю, просто так хотелось». На рисунке был изображен папа очень высокого роста и с костылем. При расспросе выяснилось, что год назад отец сломал ногу, долго хромал и ходил с костылем. Нога давно уже зажила, но на картинке ребенок запечатлел отца больным, хромым, с костылем. В этом можно увидеть определенный смысл. На значительном удалении мальчик нарисовал мать с коляской для новорожденного, и затем – маленькую сестричку. Себя мой пациент изобразил с краю от семейной группы и на очень большом расстоянии – стоит один, с грустной физиономией. Я занялся лечением маленького пациента с диагнозом «невротическая депрессия».

Но особенно поразил меня рисунок восьмилетней Катрин, страдавшей бронхиальной астмой. А история эта такова. Однажды позвонила мне в праксис женщина и задала прямой вопрос: смогу ли я вылечить ее дочку от аллергии и астматических приступов? «Понимаете, до сих пор абсолютно никто это сделать не смог, даже за деньги! Ее недавно даже известный экстрасенс пыталась по телефону лечить. Все бесполезно».

Спрашиваю: а пыталась ли она, будучи молодой, выйти замуж по телефону, не увидев жениха. «Ой, я все поняла, дочку привезет муж. Жаль, что не смогу вас увидеть – всю неделю работаю допоздна».

Первым делом, едва переступив порог кабинета, молодой холеный отец прямо при ребенке, стал сетовать на то, что ни врачи, ни хайльпрактикеры, ни бабки помочь не могут, только деньги дерут – и немалые. То есть, он сразу и мне высказал недоверие, которое, разумеется, передавалось и ребенку. Я сделал отцу резкое замечание. «Доктор, поймите, сил уже наших

нет! У дочки аллергия на собачью шерсть, а она готова к каждой псине на улице подойти и погладить. Очень переживает и часто плачет о том, что у нее нет своей собственной собачки».

Я говорю:

«У вас добрая и красивая девочка. Мне очень симпатичны дети, которые с любовью относятся к животным. Может быть, Катрин когда-нибудь станет врачом, который лечит животных. Правда, Катрин?»

Девочка чуть кивнула головой и улыбнулась.

«Итак, папа, – сказал я твердо, – вашу прекрасную дочку, безусловно, можно вылечить, и у меня для этого есть чудесные волшебные средства. Но при одном условии, иначе я не берусь помогать».

«Ну и что за условие? – чуть настороженно спрашивает деловой папаша.

«Как только мы с вами увидим, что приступы астмы прекратились, и девочка может быстро бегать, не задыхаясь, вы с женой, должны будете купить ей большую собаку. «Да, конечно, – пообещал отец. – Мы согласны».

«Вот и прерасно. А пока принесите клочок собачьей шерсти. Для сенсбилизации девочки».

На том мы расстались.

Через день отец принес кулёчек с шерстью.

«Это от собаки, которая живет у моей матери. Катрин раньше с ней играла, пока всё было нормально».

С помощью биорезонансного прибора я как бы перенес слабые колебания клеток шерсти собаки в колебательный контур тела ребенка. Все это происходило с одно-временным внушением в гипнозе.

Через три недели, то есть через девять процедур, восторженный отец сообщил, что когда он на велосипеде делал круг во дворе дома, Катрин смогла немного пробежать за ним и почти не задыхалась.

Я подключил дополнительно специальную дыхательную гимнастику, и месяца через полтора приступы прекратились. Тогда я предложил родителям, чтобы Катрин разрешили, приходя к бабушке, гладить собаку (из-за болезни ей это категорически запретили), что девочка и стала с удовольствием делать. А ещё через несколько недель, довольный положительной динамикой процесса, я вышел в комнату ожидания к матери и торжественно объявил, что они с мужем могут готовить деньги на покупку собаки. И тут женщина смущенно сказала, что муж пока не очень этого хочет. Как не хочет? Мы же обещали ребенку, что с выздоровлением она получит собственную большую собаку! Это же была чрезвычайно важная мотивация в лечебном процессе! И потом, мы должны продолжить поддерживающие процедуры, когда у девочки появится своя собака. Я буду проводить внушение уже в конкретной ситуации, с конкретным аллергеном.

В это же посещение я попросил девочку принести мне в следующий раз в подарок картинку, которую она сама захочет нарисовать.

И вот я рассматриваю ее рисунок. Синее-синее небо с пушистыми белыми облаками. Большое, яркое, оранжевое солнышко. На зеленом лугу с множеством цветочков стоит Катрин с собачкой на поводке, а ниже подписано – «Катрин и Тобик». Дальше – черепашка «Тортик» и высокий человек в белом халате и в шапочке с красным крестиком – «Доктор Матенко». Вся картинка просто дышит светом и радостью.

С видимым удовольствием я рассматриваю рисунок и вдруг спрашиваю: «Катрин, а где же твои родители?»

И слышу простой, без раздумий, ответ: «Kein Platz» (нет места).

Выхожу в комнату ожидания к матери: «Ну, что вы решили по поводу покупки собаки?»

Женщина смутилась: «Мы пока воздержимся. Муж катего-

рически против. Он собак не любит. Говорит, что если уж так нужно, то можно будет приходиться к его матери, там же есть собака. И потом, мы планируем отпуск в Испании, сами понимаете – это не дешево».

«Скажите, а вы видели картинку, нарисованную вашей дочерью?»

«Да, видела. Очень праздничная, веселая».

«А знаете, что сказала Катрин, когда я спросил ее, а где же родители?»

«Ну, интересно, что?»

«Она ответила: «Kein Platz».

«Так ребенок, определенно, другое имел в виду! Она ведь знает и чувствует, как мы оба ее любим», – произнесла мать чуть не со слезами на глазах.

Я не сказал больше ни слова, повернулся и пошел в кабинет – продолжать работу с Катрин. Буквально через несколько минут возбужденная мамаша, резко открыв дверь, без стука влетела в комнату, схватила девочку за руку и со словами: «Идем отсюда, нам здесь больше нечего делать!» – вывела испуганного, ничего не понимающего ребенка из праксиса. Дальнейшую судьбу Катрин я, к сожалению, не знаю.

РАЗЛИЧНЫЕ РОЛИ ВРАЧА ПСИХОТЕРАПЕВТА

Как читатель, вероятно, уже заметил из моих записей, работа психотерапевта предполагает совершенно различное ролевое участие врача в работе с пациентами. Например, я лечил в течение нескольких лет женщину, преподавателя кафедры физики, и пользовался у неё безграничным, порой даже удивительным авторитетом и доверием. Вероятно, эта, уже взрослая, женщина неосознанно хотела чувствовать себя ребёнком в отношениях со мной и подружкой со своей двадцатилетней дочерью. На любой серьёзный вопрос дочери Олечки, мать советовала позвонить доктору Матенко и узнать его мнение.

Однажды девушка позвонила мне и сообщила, что в доме у них идёт большой ремонт и поэтому она уже целую неделю живёт в квартире жениха. Она, по совету матери, ещё ни разу не имела с ним секса, но сейчас он очень настойчив, а свадьба должна состояться только через несколько месяцев. Что делать? Я посоветовал поговорить с матерью. Оля сообщает, что маме она уже звонила, а та не знает, как быть, и советует незамедлительно связаться со мной по этому, очень серьёзному вопросу.

Не будем забывать, что речь идёт о событиях восьмидесятих годов прошлого века, когда в Союзе «секса ещё не было». Но с другой стороны, мне очень часто приходилось иметь дело с людьми, которые сами управляли сотнями и тысячами подчинённых. Это были директора крупных предприятий, капитаны судов или это были спортсмены высочайшей Олимпийской квалификации. Я с большой охотой занимался групповым гипнозом ещё за десять лет до того, как господин Кашпировский появился на телеэкранах страны. С улыбкой вспоминаю, как пять директоров крупных предприятий вместе со своими пя-

тью водителями (шофёр для них был больше, чем друг, товарищ и брат) втайне пригласили меня на дачу одного из заводов, и я в течение двух недель проводил для этих десяти человек оздоравливающий групповой гипноз. Все они были очень довольны, так как чувствовали себя значительно бодрей и свежей.

Позднее я был очень удивлён, когда, уже в Таллине, ко мне с подобной просьбой обратился начальник спасательной службы всего эстонского пароходства. Это был очень мужественный человек, который видел на своём веку и горящие корабли, и горящих на них людей.

Я восстанавливал и травмированных чемпионов России по танцам на льду Мальгину и ее партнера Коровина. Уж этим всем ребятам было воли не занимать. Поэтому, когда говорят, что лечение гипнозом подходит только для слабых духом людей, это представляется мне полной чепухой. Всё как раз наоборот: чем креативнее, упорнее в достижении цели пациент, тем легче с ним работать.

Безусловно, есть и границы, и возможности работы метода, как всё в медицине. Например, главным противопоказанием для лечения гипнозом считается шизофрения с бредовым синдромом.

Я уже упоминал в записках о своём коллеге докторе Трошине. Так вот, у него был случай с одним пациентом, который включил его в свою бредовую идею, бегал за ним по больнице с топором, считая, что доктор постоянно вредит ему с помощью гипноза. Поэтому у нас в стране этим видом лечения занимались врачи, прошедшие дополнительный курс психиатрии.

На занятиях по наркологии в Харькове со мной случилась следующая история. Во врачебном общежитии, в нашей комнате, кроме меня, жили ещё трое коллег-терапевтов, которые хотели переквалифицироваться в наркологов, поскольку тогда получали «за вредность» большую зарплату. Среди них был

молодой врач по имени Владимир. Он вообще почти не ходил на занятия и всё время проводил в библиотеке, читая Пушкина, несколько вульгарную вещь поэта «Лука Мудищев» и всевозможные заумные детективы. С нами он почти не общался, но очень заинтересовался мной, когда узнал, что я занимаюсь гипнозом и иглоукальванием.

Однажды я купил для дочери и принёс в общежитие небольшой проигрыватель и поставил под кровать. Владимир как-то очень внимательно за этим наблюдал. Утром он шёпотом спросил меня:

«Как давно ты с ними связан? Ну, ты же знаешь, о ком я говорю, – с этими зелёными инопланетянами. Зачем ты ночью для выхода на связь приёмником пользуешься? Ты лучше убери его из-под кровати, он мне очень мешает!»

Я сразу понял, что у коллеги началось обострение психического заболевания. Поделился своей тревогой с товарищами по комнате. Меня подняли на смех, потому как специальной подготовки никакой не имели.

Спал я эту ночь очень тревожно. Утром, когда все пошли умываться, Владимир подошёл к двери, плотно закрыл её, очень крепко взял меня за руку и возбуждённо, со злобой в голосе потребовал, чтобы я немедленно убрал из-под кровати приёмное устройство. А был он — здоровый детина почти двухметрового роста. Я, конечно, постарался его успокоить и согласился в конце дня обязательно сделать то, что он хочет. А сейчас нам нужно спешить на лекции.

Можете себе представить, чего мне стоило это спокойствие во время нахождения в запертой комнате с возбуждённым психобольным! Рассказав коллегам о случившемся, попросил их немедленно позвонить нашему профессору на кафедру. Володю срочно госпитализировали. Утром мы под его подушкой нашли огромный нож.

Слава Богу, что всё обошлось благополучно.

БОЛИ В СПИНЕ – ПРОБЛЕМЫ ВСЕГО ОРГАНИЗМА

В молодые годы, будучи врачом психоневрологом, я столкнулся с некоторыми непонятными вещами: рентгеновские снимки позвоночника не всегда отражали общую картину болезни. Заведующий отделением старался приучить нас обращать на это внимание. Так, у пациентов на снимках видны крупные остеофиты (костные изменения), а человек не жалуется на боли в спине. Но бывало и наоборот. К примеру, направили в мой кабинет молодую женщину, которая была на больничном уже несколько месяцев по поводу болей в пояснице при нормальной рентгенограмме и отсутствии гинекологических проблем. При опросе я выявил давний, очень серьёзный конфликт в семье. После курса гипнотерапии с гипноанализом боли прошли. Тогда это было удивительно, но позже многое стало ясней, особенно после курса мануальной терапии на кафедре профессора Кадыровой.

Я рассказал доктору Кадыровой о том, что как специалист-психотерапевт часто встречаю пациентов с проблемными спинами. Оказалось, что это давно известно учёным. Речь идёт о скованности, зажатии мышц, их хроническом спазме. При неправильном образе жизни даже у нормально сложенных людей постепенно могут развиться достаточно серьёзные хронические мышечные изменения. Приводит к ним прежде всего стресс на работе и дома, чрезмерная однообразная физическая нагрузка, существенная прибавка в весе и скрытое смещение небольших позвоночных суставов или даже грыжа диска между позвонками. Сильная нервозность человека является причиной того, что позвоночник первоначально «зажимается» в грудном отделе, а потом спазм распространяется и на другие участки спины.

Посмотрите, как зажат человек, испытывая длительный психический стресс. Он практически не может расслабиться даже во время отдыха, ночью часто просыпается, несколько раз встаёт в туалет или испытывает боли в области сердца, сопровождаемые чувством тревоги. А утром у него ощущение, будто «получил мешком по голове». При этом совсем не обязательно выполнять тяжёлую физическую работу. Напротив, ригидность шейных мышц развивается, к примеру, у людей, сидящих на протяжении долгого времени в одной позе за компьютером, за письменным столом и т.д. В итоге появляется характерная осанка, голова как бы втягивается в плечи, шейные мышцы сжимаются и укорачиваются. Ригидность поясничного отдела развивается у людей, которые вынуждены работать, наклонившись вперёд, как, например, наши героические женщины-путцфрау.

Симптомы болезни зависят от того, в каком отделе спины спазм мышц проявляется в большей степени и насколько сильно выражен мышечный гипертонус. Если зажат шейный отдел позвоночника, то практически всегда возникает тяжесть и ноющие боли в затылке и самой шее, тяжести в плечах, большой с трудом поднимает руки вверх. Спазмированные мышцы ухудшают кровоток в воротниковой зоне, что может привести к повышению артериального или черепно-мозгового давления, головокружению и сильным приступообразным головным болям. Если ригидные мышцы ущемляют нервные корешки, то боль может распространяться до кончиков пальцев рук, и возникает их онемение.

Ригидность грудного отдела позвоночника характеризуется тяжестью и спазматической болью в области лопатки (как будто гвоздь там сидит). Появляется ощущение сдавливания в груди, усталости и онемения в межлопаточной области.

Чрезмерное напряжение поясничных мышц сопровождается вечерними болями в пояснице и бёдрах, чувством тяжести и скованности, болью в крестце по утрам. При ущемлении не-

рва появляется онемение ног и стоп с болью по ходу нервного корешка. У таких пациентов спина как будто сделана из очень жёсткой резины, мышцы прожать почти невозможно. Массажисты, как говорят, ломают пальцы, а эффект массажа у таких больных минимален – настолько сжаты мышцы и кровеносные сосуды. Этот мышечный спазм обусловлен «застойным очагом» в нервных клетках головного мозга, которые отвечают за движение рук и ног.

Как утверждает профессор из Тюбингена Бирнбауэр, наш мозг имеет память хронической боли. Вероятно, в этом кроется разгадка того, почему мне удавалось с помощью транса снимать или уменьшать боли в спине. Конечно, если у пациента защитный мышечный спазм возник из-за смещения межпозвоночного сустава, то перед сеансом гипноза я провожу мануальную терапию, которую сочетаю с постизометрическими упражнениями и сегментарным массажем. Для усиления эффекта ликвидации мышечного спазма, я часто подключаю иглотерапию. Во время курса лечения приходится предупреждать пациентов о возможных обострениях болезни, т.к. лечебное раздражение нервных окончаний может «растревожить» застоявшиеся и спазмированные мышцы, и только через несколько недель в них появится нормальное кровообращение. Интересно, что у людей склонных к полноте, интенсивней становится обмен веществ и начинает уменьшаться вес тела.

Часто задача врача при лечении болей в спине состоит в том, чтобы найти истоки сильного нервного перенапряжения, которое стало пусковым механизмом. Например, у меня был пациент, у которого боль в коленях и пояснице появилась через несколько дней после прыжка с парашютом. Этот человек видел, как его товарищ не смог раскрыть свой парашют, ударился о землю и погиб. С жалобами на боли в ногах мой пациент много раз обследовался, но никаких изменений ни в позвоночнике, ни в ногах у него не нашли. И только в процессе психоанализа и

курса гипнозотерапии мне удалось снять, то есть стереть в мозгу очаг памяти боли.

Ещё один недавний интересный случай. Молодая женщина 35-ти лет, мать двоих детей пришла с жалобами на боли в шейном и грудном отделе позвоночника, частые головные боли, которые последний год сопровождались приступами непонятного страха. Была у нескольких врачей ортопедов, часами ожидая приёма, который длился минут 5-10. Была сделана компьютерная томография – видимых изменений не обнаружено. Врачи предписали антидепрессанты и таблетки от головной боли. Стесняясь, пациентка рассказала мне, что её стали раздражать даже собственные маленькие дети, ослабело сексуальное влечение, начала ухудшаться память. Жизнь становилась просто невыносимой. Случайно знакомая, которая когда-то у меня успешно пролечилась, рассказала о моих методах.

И вот что на приёме мне удалось выявить, что в 15-летнем возрасте пациентка пережила сильное душевное потрясение, когда её пытались изнасиловать. Появилась постоянная тревога, страх перед взрослыми мужчинами, всегда была зажата, не очень разговорчива, часто болела голова. С годами тревожность уменьшилась, вышла замуж по любви. Роды были тяжёлыми, под наркозом, врачи сделали кесарево сечение. И в этот момент, несмотря на наркоз, она услышала, как один врач сказал другому, что ситуация сложная и пациентка может погибнуть прямо на столе. В конечном итоге мать и ребёнка спасли. Но после этого случая у женщины появились сильные боли в спине и пояснице, нарушение сна после частых вставаний к беспокойному ребёнку, вернулись приступы страха за жизнь, сильные головные боли, тошнота, боязнь оставаться одной дома. Начались бесконечные походы к ортопедам и врачам других специальностей, но радикального улучшения не наступало. И только последовательное лечение психоанализом и гипнозом в сочетании с серьёзными биофизическими технологиями вернуло этой жен-

щине радость жизни. При расставании она сказала, что невероятно изменилась её интимная жизнь с мужем. «Пришла к Вам с болями в спине, а ухожу от вас с лёгкой душой и «расправленными крыльями». Как будто заново родилась!»

Записки – сложная работа, требующая большой душевной отдачи. Да и житейские заботы почти ежедневны, чай не в раю живём. А совсем недавно я «узнал» из статьи профессора-психиатра в немецкой газете, что врачи – тоже живые люди, и эти люди тоже могут злоупотреблять алкоголем, успокаивающими медикаментами и страдать от депрессии. Оказывается, что, по статистике, около двухсот врачей в Германии ежегодно кончают жизнь самоубийством. Но об этом, вероятно, не знает подавляющее большинство населения.

Я вот, к примеру, никак не могу застать дома своего приятеля, у которого небольшая частная психиатрическая клиника. Жена говорит: «Анатолий, я Экхарда только после 22-х часов вижу. Ну, и как тут, при такой жизни, детей заводить?»

По частному делу звоню блистательному хирургу от Бога, жена которого – медсестра в практике:

«Зигрид, могу я поговорить с Гюнтером?»

Слышу глубокий вздох: «Он, как всегда, на операции».

«Тогда, может быть, я позвоню в обеденную паузу?»

«Так он же не ест днём».

«А когда же он ест?»

«Обычно после 23-х часов».

У Вольфганага огромный праксис в Штутгарте, четверо детей, собака и жена, которая забывает в течение десяти часов работы бок о бок с супругом, кто он ей – муж или сотрудник?! Возраст трёх этих врачей – до пятидесяти лет. У всех – семьи и невыплаченные кредиты за дома, у всех жёны – медсёстры в семейных праксисах. Дружеские наши встречи случаются при-

мерно раз в несколько месяцев. Потому-то я принял так близко к сердцу звонок моего коллеги из Таллина:

«Доктор Матенко, какое счастье, что я вас, разыскал наконец в Германии, и что вы смогли продолжить ваше дело в чужой стране. Вы, наверное, уже не помните, как двадцать лет назад буквально спасли меня от курения. А ведь курил я более двух пачек в день, и в лёгких уже были глубокие изменения. Скажу откровенно, я тогда совершенно не верил в ваши методы и за явился к вам только потому, что мать меня очень уж упрашивала. Эффект был неожиданный и очень меня удивил. Умоляю, помогите мне, я уже не хочу жить и если бы не любимая жена и взрослая дочь, то я бы с готовностью покинул этот мир.

Дело в том, что я почти год имею проблему с мочеиспусканием, как будто что-то мне в мочевом пузыре и канале мешает произвольно выпустить мочу при очень сильных позывах. Удаётся это только тогда, когда я сам себе вставляю катетер. Процедура доставляет мне невыносимую боль, поэтому делаю длительные перерывы и терплю, сколько смогу, по нескольку часов, в страхе ожидая следующую попытку. Причём, две из них делаю, в основном, ночью, называя всё это «ночным кошмаром». В течение года несколько раз обследовался у урологов. Они удивляются и разводят руками: мол, никаких выраженных органических изменений нет. Обратился к хирургам – показаний к операции нет. Более того, хирургическое вмешательство может вызвать полное недержание мочи. Мудрая дочь твёрдо сказала, что моя судьба в руках доктора Матенко. Он помог тебе тогда, значит, спасёт и сейчас. Пошла и купила нам билеты на самолёт и уже заказала номер в отеле в Людвигсбурге».

Несмотря на грядущие праздники, я вынужден был согласиться с его приездом. К счастью, случай не был для меня новым – моей практике уже были ситуации, когда из хирургического отделения врачи направляли больных, оперированных на кишечнике, с нарушенным рефлексом мочеиспускания. Для вы-

ведения мочи медсестры вынуждены были вставлять катетер. Так что никаких неожиданностей в лечении я не видел. Но когда этот пациент появился в моём праксисе, неожиданным стало другое. Конечно, двадцать лет назад он был немного моложе и энергичнее, а сейчас я увидел шестидесятилетнего человека, тяжело дышащего из-за развившейся эмфиземы лёгких (большая часть лёгочной ткани не действовала), в серьёзной депрессии, с актуальными мыслями о смерти, принимающего в течение полутора лет антидепрессанты. По сути, это был лежачий больной, который раз в неделю приезжал на свою фирму, чтобы напомнить сотрудникам, что «шеф ещё жив». По телефону обо всём этом он мне, конечно, не сообщил. Более того, всего через восемь, я повторяю, через восемь дней, точнѐхонько к Новому году он должен был лететь обратно, так как серьёзные дела у предпринимателей ждать не могут, тем более, если они ещё и складываются неудачно. В общем, чтобы капитально растеряться от такого новогоднего подарка времени уже не оставалось.

Итак, в первый же день за три с половиной часа нам удалось раскопать клад, лежащий на «чердаке», потому что в «подвале» действительно ничего не было. Как я выяснил, Матти (имя пациента) уже с детства был очень тревожным ребёнком. Мать воспитывала его одна, потому что отец их бросил. Мама постоянно болела, и мальчик очень боялся какой-нибудь страшной болезни, ощущал себя слабым, неполноценным, невезучим. При этом был очень сообразительным, хорошо учился. Он так же успешно закончил институт и впоследствии стал руководителем поликлиники, а затем и собственной фирмы. Двадцать лет назад с моей помощью бросил курить. Внезапно от рака матки и мочевого пузыря умерла мать, у которой болезнь сопровождалась сильнейшими болями внизу живота. Впечатлительный и тревожный Матти хорошо это помнил и жил в постоянном страхе, что у него случится то же самое. Эти закрепившиеся в подсознании представления я расценил как ставшие ак-

туальными симптомами депрессии. Самое неожиданное, что тесты на внушаемость и гипнабельность пациента были почти нулевыми, но при этом пациент сообщил, что голос мой, на удивление, помнил все годы. Этот факт был для меня очень важен и укрепил мое решение прибегнуть к гипнотерапии.

За восемь дней интенсивного лечения я применял специальный аппаратный массаж для расслабления пациента, а затем процедуры гипнотического транса, в которых директивно внушал больному уменьшение спазма в мышцах мочевого пузыря, а также, что мой голос в виде зелёного сигнала светофора будет постоянно находиться в его подсознании. Всё это происходило одновременно с применением прибора, производящего мерцающие зелёные пятна перед глазами пациента. К этому я добавил ещё и иглотерапию. В результате ударными темпами удалось добиться того, что Матти смог впервые за последний год четыре раза помочиться без применения катетера (причём один раз ночью). Результатами лечения и пациент, и его жена были несказанно довольны и улетели домой с окрепшей надеждой на дальнейшее улучшение. А у меня тоже появилась искорка надежды, что, может быть, наконец-то удастся несколько дней в Новый год отдохнуть от интересного, неординарного случая.

Спустя месяц после этих событий, раздался звонок из Прибалтики, который превратил для меня будничным день в праздник: «Доктор, вы совершили чудо! Мочусь без катетера! Рефлекс мочеиспускания полностью нормализовался! Каждый вечер перед сном вспоминаю ваш голос и с закрытыми глазами, вижу зелёный сигнал светофора, как на вашем приборе. Он для меня знак, что я вырвался из туннеля! И я спокойно засыпаю».

СТАРОСТЬ – ЕЩЕ НЕ ПРИГОВОР!

Совершенно неожиданно позвонил доктор Рунге, известный врач, директор геронтологической клиники в Эсслингене. Мы познакомились несколько месяцев назад на форуме «Проблемы старости», где он сделал интересный доклад о своей поездке в Китай. Клиника доктора Рунге преимущественно занимается реабилитацией очень пожилых людей безлекарственными методами. Он принял моё приглашение и побывал у меня в практике, проявив при этом серьёзную заинтересованность в методе активирующего гипноза. В ответном визите мне удалось увидеть в клинике необычную работу с больными начальной стадией деменции, а также со всевозможными ортопедическими проблемами. Это были люди в возрасте от 70 до 88 лет. У большинства из них, к моему удивлению, сохранились живые улыбки и огонёчки в глазах. Я задал доктору Рунге шуточный вопрос: «Так где же здесь старики?» И услышал в ответ главный девиз доктора: «Нет пределов в возрасте, раз есть активная жизнь!»

Интерес к реабилитации и лечению пациентов пожилого возраста появился у меня после встречи с фрау Бидерман, которой недавно исполнилось 75 лет. Беда случилась с ней полтора года назад, когда она летом отдыхала на Тенерифе. Будучи одна в квартире, на балконе в невыносимую жару фрау случайно поскользнулась, ударилась головой и несколько часов пролежала на бетонном полу. В больнице скорой помощи к ней обнаружили почти полную потерю зрения: осталось по 10 % на оба глаза. После сотрясения мозга – дегенерация сетчатки глаза. Несколько месяцев женщина лечилась в глазных клиниках, но никакой надежды на улучшение или даже сохранение оставшего-

ся зрения врачи не давали. И тогда появился жуткий страх полностью ослепнуть. Ни ночью, ни днём фрау Бидерман не могла уснуть ни на минуту. К тому же ежедневные головные боли не давали покоя.

От антидепрессантов она отказывалась, чем поставила домашнего врача в затруднительное положение. По стечению обстоятельств, я как раз в это время лечил ребенка названного врача от небольшого косоглазия. И фрау Бидерман пришла ко мне по совету своего доктора. Дама, в прошлом владелица большого парикмахерского салона в Штутгарте, обладала очень хорошим вкусом и привычкой следить за своей физической формой. Приблизительно двадцать лет назад она по своей инициативе развелась с мужем – эгоцентричным психопатом и хроническим алкоголиком впридачу. Решиться на такой поступок в такие годы, может только женщина с сильным характером.

Бойцовские качества пациентки и прекрасные способности к визуализации (художественному восприятию образов) давали мне возможность предвидеть позитивные изменения в её здоровье, хотя на первом этапе нашей работы почти ничего не получалось. Человек очень практичный, ничего не воспринимающий на веру, дама принимала всерьёз только лечение аппаратом светорефлексотерапии в сочетании с сегментарным массажем шеи и плеч. Но когда через несколько недель активной гипнотерапии моя пациентка стала отмечать некоторую нормализацию ночного сна и появление признаков внутреннего успокоения, её вхождение в лёгкий транс стало лучше и быстрее. Она, свернувшись по моей рекомендации в позу эмбриона, наслаждалась ощущением покоя, которого не испытывала на протяжении десятков лет, живя с мужем-деспотом. В формулу внушения я включил фразу о том, что её теперешний друг был бы счастлив видеть, как его любимая женщина становится ещё более раскованной и привлекательной, как оживают её глаза, как легче и без болей она начинает ходить (после падения

женщина сломала ещё и ногу и была прооперирована).

Конечно, в положительной динамике улучшения здоровья пациентки немалую роль сыграл и её 75-летний друг, с которым я оставался в постоянном контакте на протяжении этих месяцев. Слава Богу, он был очень позитивным, энергичным, жизнестойким человеком, верящим в успех нашего дела. К слову сказать, оба, несмотря на их годы, были физически привлекательны друг для друга и до сих пор сохранили интимные отношения. О такой любви друг к другу многие могут только мечтать.

В шутку сказать, в процессе лечения у моей подопечной появились так называемые побочные эффекты. Дело в том, что пациентка в течение семи лет лечилась у домашнего врача по поводу высокого артериального давления, которое после сотрясения мозга стало ещё выше даже на фоне применения гипотензивных лекарств. Но вот, где-то через месяц нашей терапии, она неожиданно стала отмечать снижение давления, и мы постепенно стали отказываться от привычных медикаментозных дозировок. Сейчас артериальное давление у неё в пределах возрастной нормы. Удивительно, что и многолетние головные боли вообще исчезли.

Сейчас фрау Бидерман вблизи уже различает лицо собеседника, сама записывает наши термины и даже замечает, какой удачный цвет и рисунок у моего галстука. А позавчера она пришла с накрашенными губами! И это впервые за два года после трагических событий! Позитивные изменения зрения отметил и врач окулист.

Но ещё более удивительно то, что у другой моей пациентки, фрау Мюллер, „молоденькой“, худенькой женщины 87 лет, жаловавшейся на постоянные головокружения, общую слабость и выраженные нарушения сна, после трёхмесячного, регулярного лечения гипнозом и сегментарным массажем воротничковой зоны, наступило значительное, подчёркиваю, значительное улучшение состояния. Интервью с ней я записал на видеокассете.

ту. Она рассказывала, что лечащий врач ей часто говорил: „Ну, что Вы ещё хотите, Вы же старый человек, и у Вас склероз сосудов мозга. Из-за этого кровь плохо циркулирует“. Однако, исходя из моих наблюдений за пациенткой, можно видеть, что старость – это ещё не приговор!

БОЛЕЗНИ МОГУТ ЖИТЬ «НА ЧЕРДАКЕ»ГИПНОЗ

– временное состояние сознания, характеризующееся сужением его объёма и резкой фокусировкой мозга на содержание внушения. Практически различают три степени гипноза: первая характеризуется чувством приятного мышечного покоя, при котором не хочется двигаться, нет желания открыть глаза. Однако, в этой стадии ещё сохраняется возможность произвольных движений. Средняя степень глубины гипноза характеризуется нарастанием сонливости и утратой возможностей произвольных движений. И, наконец, в глубоком гипнотическом трансе пациент кроме голоса врача уже ничего не слышит, при уколах булавкой не чувствует боли. Состояние такой глубины возникает довольно редко и у очень небольшого процента людей.

Насколько серьёзные реакции вегетативной нервной системы человека происходят во время гипнотических внушений, можно проследить по следующим признакам:

1. Изменение дыхания, сердечных сокращений, колебаний артериального давления и интенсивности обмена веществ.

2. Гладкая мускулатура кишечника и бронхов, которой мы не можем руководить, произвольно расслабляется, в отличие от мышц тела.

3. Электросопротивление кожи стабилизируется.

4. Анализы гормонального зеркала стрессгормонов адреналина и кортизола идут на понижение.

5. Концентрация красных кровяных телец начинает понижаться.

6. Аллергические реакции организма ослабевают.

7. Усиливается кровообращение в лобных долях мозга.

8. Важное для иммунной защиты количество лейкоцитов повышается.

Все эти открытия учёных произошли буквально в последние годы.

Любой медицинский гипноз начинается с наведения транса, когда врач известными способами ослабляет и замедляет внимание пациента и, как следствие, снижает критическую оценку происходящего. Человек в итоге меньше задумывается: «А возможно ли со мной такое?», и **сознательное** не мешает **бессознательному** воспользоваться возможностями человеческого организма в необычном режиме.

Дело в том, что наше тело и сознание связаны при помощи механизма идеомоторных актов. С их помощью тело выполняет команды нашего сознания: поднимает руки, двигает пальцами, ходит, говорит, водит машину. С рождения мы обучаемся этим командам от простых к сложным, а обучившись, выводим освоенные моторные движения на уровень автоматизма, не задумываясь, повторяем их, со временем, забывая, КАК мы это делаем. Так формируются автоматизированные компьютерные записи в мозге. Например, я провожу известную пробу на гипнабельность. Кладу руку сзади на затылок человека и при этом внушаю, что моя рука становится „магнитом“. Затем внушаю, что тяну этот „магнит“ назад, и часто испытуемого действительно тянет назад вслед за „магнитом“, он начинает падать.

Если мы внимательно проследим за тем, какие шаги мы выполняем, чтобы проделать это движение, то заметим, что: сначала идёт моя команда, затем желание пациента выполнить это движение, затем следует «картинка», то есть визуальное представление этого движения, и затем выполняется само движение.

А теперь я научу моего читателя приему, чтобы этот эксперимент „с падением“ мне НЕ удался. Для этого вы должны сказать себе: “А на кой чёрт мне это нужно?!” Или просто испу-

гаться. И ваше сознание тотчас затормозит этот бессознательный акт.

К моему сожалению, дорогой читатель, мне пора закругляться. Разум подсказывает, что всё хорошо в меру, и важно не надоесть читателю. Ведь разговор всё время идет о болезнях, а это не всегда интересно здоровым. Но что поделаешь, все мы подвержены недугам, люди – живые, не автоматы и не роботы. Я думаю, что эту книгу можно было бы закончить фразой моего кумира, очень близкого мне по духу блистательного американского психотерапевта 20-го века, доктора Милтона Эриксона. В этой фразе сконцентрирован смысл самого важного его принципа – вызывание интереса и поглощение внимания пациента в то время, как психотерапевт, часто с помощью неосознаваемых внушений, „играет“ на струнах его бессознательного. Иными словами, психотерапевт, подобно музыканту, вызывает у своего пациента на клавиатуре бессознательного „музыку“ ранее подавленных навыков и знаний, которые до этого не могли быть им приняты. Для начала большинство пациентов должны почувствовать себя инструментом, позволить психотерапевту коснуться своих струн и играть на них. Когда придёт опыт, тогда они смогут научиться играть сами.

Я надеюсь, что из написанного мной вы уже поняли, что клад вашего драгоценного здоровья очень часто лежит не «в подвале», а на «чердаке» нашего мудрого организма.