

Макеева Е.И.
НОВОЕ В ЛЕЧЕНИИ НЕРВНЫХ БОЛЬНЫХ
(К вопросу о профилактике самоубийства).

Скитальцы в пространстве и времени,
Сгибаясь под тяжестью бремени,
В печалях, болезнях, грехах,
Мы знаем бессилье и страх.
А нивы стоят побелевшие,
Для жатвы духовной созревшие.

Жизнь есть борьба со злом, особенно внутри себя. Цель её – восхождение через испытания, искупление. Профилактика самоубийств заключается в помощи в разрешении внутренних конфликтов человека, нервного больного, в помощи в нахождении им потерянного смысла жизни, в перенесении им невыносимого страдания, когда восприятие жизни, себя в ней стало только трагическим.

Эту задачу позволяют решать методы стихотерапии.

Я лечить вас по-новому буду -
Светом духа. Пожалуйста, веруйте чуду!
Я в стихи этот свет осторожно волью,
Вместе с ним вы услышите душу мою.

* * *

Страдания верующего человека существенно отличаются от страданий атеиста. Три христианские добродетели – вера, надежда и любовь, которые теряют самоубийцы, присущи истинно верующим христианам.

Профилактика отчаяния, депрессии заключается в духовном возрастании, в напряженной духовной жизни, которая не зависит от внешних (мирских) условий.

Здесь, на этой земле, где даны испытания,
Напитать бы мне душу не только земным -
Милосердием Божиим, знать сострадание
И делиться всегда благодатью с другим.

* * *

Христианское сознание раскрывает метафизический смысл самоубийства, борьбу темных сил за душу человека, спасение в Боге, в приобщении к Божественному.

Христианство учит – страдание выносимо и имеет смысл. Его смысл в несении креста жизни.

Создал Ты жизнь мою
И знаешь смерти срок.

Тебя, Господь, молю
Помочь мне, чтобы смог
Свой крест земной нести,
Достойно путь пройти.

* * *

Ненавистен христианскому сознанию грех – самоубийство, посягательство на жизнь, которая принадлежит Богу.

Человек в депрессии, отчаянии, нервнобольной, суицидент достоин сочувствия, жалости, понимания, нуждается в них.

Мной использованы такие формы стихотерапии, как стихи, исповеди пациентов, молитвы, притчи, поэмы, сказки, пьесы, псалмы, памятки под названием "себе". Это позволяет уйти от лобовых приемов, наставлений, которые часто раздражают, а не помогают.

Из цикла “Исповеди пациентов”. В них – психология самоубийцы, которую надо знать. Итак, семь “исповедей” суицидентов:

1. За грудиной ком обугленного сердца,
Точка черная, в которой сжалось всё.
Никуда от наваждения не деться...
Время, стало быть, закончилось моё.

Кажется, нет сил перенести мгновенье,
Одноглазой ночи любопытства дрожь.
Принято умом последнее решенье.
Жизнь проиграна... Итожь иль не итожь.

Звать на помощь бесполезно – кто я?
Каждый занят только "я" своим.
Я стою у зеркала. Нас двое...
Мы в глаза отчаянью глядим.

* * *

2. Мне тяжело, Господи, так тяжело.
Неужто беды не сверх меры?
Раздавлена уже букашкой.
Мир – чуждый мне. Мир – черно-серый.

Назойливая мысль тиранит:
За что обижена судьбою?
Здесь каждый моё сердце ранит
Непонимания стрелою.

* * *

3. В мысль одну попалась – в клеть.
Бьётся сердце птицей бедной.
Не взлететь. Ох, не взлететь.
Вырваться б – усилья тщетны.

Мысль пугает, тяжкий пресс
Давит, всё корежит, губит.
Свет вокруг, в душе исчез -
Здесь меня никто не любит.

Никому я не нужна,
Нет тепла и нет участия.

И иллюзией весна
Промелькнула, как и счастье.

Холодно... Согреться б мне.
Глаз тепла бы! Одинока...
С немощью наедине,
Сломленная силой Рока...

* * *

Звучит одна больная тема, мощный механизм вытеснения не дает чувствовать, понимать многообразие жизни, найти выход из кризисной ситуации.

4. Жизнь потеряла всякий смысл!
С собою я – одна.
Как гиря – сумрачная мысль,
Одно твердит она...

Мрак бытия невыносим,
И боль терпеть нет сил,
Обиды застилает дым,
Он свет совсем закрыл.

Его не чувствую нигде -
Ни в людях, ни в Христе.
Любовь, добро и помощь... где?
Что толку в красоте?

Готова ненавидеть всех
За равнодушие, спесь
И даже за веселый смех,
Когда мне плохо здесь.

Но кто-то улыбнулся мне,
В глазах – участия свет.
Дух оживился в глубине,
И наважденья нет.

Край бездны... черная дыра...
Как я могла так пасть?
В любовь не верить?... в свет добра?
Попасть под бесов власть?!

* * *

Самоубийца – человек одержимый. Его тянет вниз, в хаос, где царствует сатана. Известно существование в бессознательном человека инстинкта смерти, разрушения.

5. Я – щепка в тёмном океане
Чужом, холодном, равнодушном.
Я – тень, брожу в густом тумане
И гибну в серой мгле бездушной.

Изнемогаю от страданий.
А впереди надежды нет.
Мой дух ослаб, и нет желаний,
Пугает бремя новых бед,

Ненужность и непониманье.
Погасли сразу все светила.
Зачем все эти испытанья?
Какая дух мой давит Сила?

Оставленная Богом...всеми...
Потерянный, бездомный пес...
Остановилось даже время.
Как крюк стоит один вопрос.

Не лучше ль сразу кончить муки,
Одним движеньем разрубить
Все связи с болью, мертвой скукой?
Саму себя убить? Убить?!

Имею ли на это право?
Зачем-то эта жизнь дана?
И не всегда была отравой.
Быть может, я уйти должна?

Куда? Что ждет меня за это?
Куда из Вечности бежать?
Ах, если бы хоть лучик света
Господь решил мне в дар послать.

Звонок. Сосед мой умирает?!
Он просит помощи моей?
Так я нужна?... Мне жизнь спасает
Желание помочь скорей.

Так извлекла беда чужая
Из черной пропасти меня.
Живу... и годы вспоминаю,
Какой бывает западня.

* * *

Только понимая переживания человека, имеющего намерение убить себя, можно ему помочь, остановить его от падения в бездну.

6. За грудиной растет беспокойства комок.
Как нарыв он прорвался – замучили мысли.
Об одном они шепчут, стреляют в висок,
Дни летят, как отчаяньем полные числа.

Смысл жизни потеряян, его не найти,
И надежд поезда потерпели крушенье,
В тупике моё "я", на обрыве пути,
Зло настойчиво шепчет: "Ты примешь решение."

Сатана убеждает: "Ты в мире один,
Никому ты не нужен – обманщица-жалость.
Что? Терпения нет? Ты – себе господин!
Так шагни за черту! Соверши эту малость!"

Мир – бесцветный и злой? Надоела нужда
И болезней хронических подлая свора?
Вкуса к жизни теперь не найдешь никогда.
Так задерни театра бессмыслицы шторы!"

Но таинственный Голос звучит из глубин:
"Недостойно несешь тяжкий крест испытаний!
Князю мира поверил... Но ты не один,
Не бессмысленны эти земные страдания."

Смерть задумал посеять? Внести копать зла?
Ты желаешь душою служить сатане?
Ноша стала земная твоя тяжела?
Ты без помощи Божьей? По чьей же вине?

Без тепла, без участия ты, без любви,
До сих пор твоя жизнь верою не согрета.
Обратись! Дух твой мертвый Господь оживит,
Ты узнаешь спасенье, Господнее лето."

* * *

7. Пространство сузилось до точки болевой.
Мгновенье жуткое остановилось.
Всё доброе и светлое забылось,
А взгляд запутался в веревке бельевой.

Вся злоба мира – острием в душе сейчас,
Потерян, кажется, на жизнь последний шанс.

Не торопись, Бог ждет, иди на Встречу,
И благостным и теплым будет вечер.

* * *

Примеры больших страданий великих сынов Божьих, осознаваемых ими как испытания, и спасение их Господом в ответ на их молитвы даны в Ветхом и Новом Завете. Мыслей, намерений самоубийства никогда у них, естественно, не было – всё во власти Бога.

Страдания пророка Иеремии из поэмы "Иеремия":

“Я иду, я кричу, вопию о насилье,
И огонь в моем сердце, но в теле бессилье.
А вокруг кривотолки, упреки, доносы,
Поношенья, насмешки, злодеев угрозы.

Я измучен, сгораю, мой Бог, от огня,
Утром речи, а ночью глухие рыдания.
Почему не убил Ты во чреве меня?
Как мне вытерпеть эти, скажи, испытанья?

Для чего из утробы я матери вышел?
Чтобы скорби увидеть? Чтоб стоны услышать?

...Каждый должен из нас тяжкий крест свой нести,
А с избранников спросится много и строго.
Путь подскажет Господь, терпеливо идти
Надо нам – к жизни в Вечности эта дорога”.

* * *

Страдания в псалмах Давида:

Из пс. 68

Увлекает течение в грязь,
Путь сухой не сыскать.
Я в глубоком болоте погряз,
И мне не на что встать.

До души моей воды дошли,
Их сильна очень власть.
Я молюсь Тебе, Боже, внемли
И не дай мне упасть!

* * *

Страдания Иова, потерявшего детей, дом, больного проказой из поэмы “Иов”.

На что мне свет, когда пути закрыты,
И льются вопли, стоны, как вода?
Покоя нет и счастья дни забыты,
Постигло горе, залила беда.

Нет мира и затишья, только смута,
Душою удручен, нет больше сил.
Скорей б пришла последняя минута,
Меня бы только гроб мой восхитил.”

* * *

На высоте духовного кризиса бывает, что человек обращается к Богу и... ощущает Его присутствие, утешение, Божью силу, Любовь.

В Ветхом Завете есть этот исключительный по силе пример встречи Иова с Богом.

На вопль Господь ответил Иова,
Явил ему Свой Божий Лик,
Из бури возгремело Слово -
Преобразился Иов в тот миг.

Растаяли его вопросы,
Как снег весной под солнцем ярким.
Лишь благодарственные слезы
Жгли очи, щеки. Сердце жарко

Молясь, смогло Ему открыться,
И эта Встреча Вечность длится...

* * *

Преображение страдающего пророка Ильи, просящего у Господа смерти (из поэмы "Илья-пророк"):

Где Моисей слышал Божий Глас,
Стоял Илья – у мрачных скал безлюдных
В отчаянье – огонь души погас,
Молил: "Мой заверши, Господь, путь трудный!"

Не лучше я отцов моих. Прости!
В священном трепете я пред Тобою.
Дай мне сейчас к Тебе, мой Бог, придти
Своей истерзанной, гонимой душою."

И долго горькой жалобы поток
В пещере лился: "Дай Тебя узреть!"
Илья почувствовал – Великий Бог
Сейчас приблизится. "Огонь мне! Смерть?!"

Пронёсся ураган... "Не в вихре Бог!"
Землетрясение... Скала дрожала...
В ущелье хлынул бурный вдруг поток.
"Но не в стихиях этих Божья Слава".

Вдруг – страшный жар в пещере. Тлеет плоть.
"Нет, не в огне палящем наш Господь!"
Вот тихим ветром жуткий жар сменился,
"И в нём – Господь!" Илья преобразился.

Он тайну сокровенную узнал
О нежности Господней в то мгновенье.
Утешил Бог Илью – не зря страдал -
Познал, что значит Божье утешенье.

* * *

В Новом завете – страдания Христа, выполнившего Свое Предназначение, добровольно ставшего жертвой за всё человечество. (Самоубийца же – эгоцентрик, думающий только о себе, замкнувшийся в своем маленьком "я", не чувствующий Бога, не верующий в вечную жизнь).

Измученный Христос стоял в венке терновом,
Никто не бросился спасти его,
Никто не защитил ни действием, ни словом,
Все предали, оставив одного.

И на толпу смотрел Он взглядом ясным.
“Распни”, – она кричала дико, злобно.
Жалел её, страдал. Но не напрасно
Он жертвою стоял на месте лобном.

* * *

Благодатная сила, зовущая, поднимающая человека к высшей духовной жизни, может спасти от депрессии, наполнить смыслом его трагическую жизнь.

Чем питаю душу бедную?
Божьим Словом и Любовью?
К горю брата милосердную,
Омываю ль чистой Кровью?

Чищу ль радостью отдачи?
Или всё совсем иначе?

* * *

Конечно, нельзя без императива, запоминающихся строк:

Молись! Своих сил ты не знаешь,
Умноженных силой Христа.
И если ты очень страдаешь,
И в боли, как в крепких тисках -

Борись! Даже если осталась
Одна только капелька сил!
Быть может, достаточна малость,
Чтоб ты в этот раз победил.

* * *