

В.Л. Леви

Везет же людям...
(Психология здоровья)

Москва
«Книга по Требованию»

УДК 613.89:613.7/.9
ББК 51.204
В11

В11 **В.Л. Леви**
Везет же людям....: (Психология здоровья) / В.Л. Леви – М.: Книга по Требо-
ванию, 2013. – 256 с.

ISBN 978-5-458-37733-1

Как заниматься самооздоровлением на всех уровнях - физическом, психи-
ческом и духовном, что такое здоровье и как понимать болезнь? Эти вопросы
раскрыты автором в настоящей книге. Для широкого круга читателей

ISBN 978-5-458-37733-1

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2013

© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2013

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первозданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.



Серия Книжный Ренессанс

www.samizday.ru/reprint

«... Но в вашей книге разобраться я не смогла, тем более что она была у меня в руках только один день и 56 страниц кем-то выдрано... Совершенно не владею собой, совсем одинока... А тут еще эта проклятая щитовидная железа... Вам пишут, наверное, очень многие, но поймите — мне не к кому больше обратиться...

Л. И.-ва, инженер»

«... И еще расскажите мне про гипноз, про систему йогов, про борьбу самбо и каратэ. Я буду очень ждать.

Витя М., ученик 6-го класса»

«... В редакции мне ваш адрес не дали, в связи с чем произошел очередной сердечный приступ. Как же добиться вашего приема? Я приезжий, в Москве у меня много родственников, все больные и занятые...

Н. Г., пенсионер, инвалид II группы»

«... Два года назад вы любезно разрешили мне написать вам о своей жизни. Все это время ежедневно стучала на машинке, сегодня закончила, ровно на пяти-сотой странице. Правда, за это время случилось много других событий, так что придется, наверное, писать продолжение. Сообщите, пожалуйста, когда и где...

Е. Т., научный работник»

«... Поймите, если состояние моей жены... Трое ребят... Ваше слово...

В. С., рабочий»

«... Наконец-то сумел раздобыть ваш адрес. В июле меня отпустят в недельный отпуск, уже договорился, лечу к вам из далекого Забайкалья. Не будете ли вы так любезны заблаговременно заказать мне номер в гостинице, чтобы мне не пришлось затруднять вас ночевкой...

В. Г., геолог»

«... Вы моя последняя надежда. Если вы мне не можете...»

Подпись неразборчива

Надежда не бывает последней. Но существует закон Неучтенных Последствий, он же принцип джинна, выпущенного из бутылки. Счастье кузнеца, который сам же

его кует. Каждому, кто живет на свете и как-то действует, должно быть знакомо напряженное положение, выражаемое краткой формулой: «За что боролись, на то и напоролись». Не всегда так грубо, разумеется; но то, что нами самими выбрано, придумано, сделано, вызвано, — наше, стало быть, счастье имеет неукоснительное стремление брать нас в плен.

Если через месяц не придет ответ, тот шестиклассник будет считать, что я его предал. Через полгода он сильно вырастет...

МАГИЯ — ВЧЕРА И СЕГОДНЯ

«... В разных местах его называют по-разному. На западном побережье Африки он нгомбо, в Центральной Африке — нганга, у народностей фанга — мбунга. В Южной Америке он курандейро, фейтесейро — у говорящих по-португальски в Бразилии, а в Перуанских Андах он бруджо. В Малайе он мендунг, на Борнео — маданг, на Яве — дикун. У гренландских эскимосов он ангакок...»

«... Он и астролог, и агроном, и метеоролог... Он говорит, когда сеять и когда начинать уборку урожая. Он решает личные проблемы соплеменников и предупреждает девушек об опасности свободной любви. В сущности, это хранитель обычаев своего племени, наставник, заботящийся о моральном, физическом и духовном здоровье соплеменников».

Уже владея врачебным гипнозом, уже преподавая аутотренинг и ролевой тренинг, уже со многими ничего не добившись...

Да, только лет через десять после начала профессиональных занятий психотерапией я начал понимать, чем, собственно, занимаюсь.

Искал путь к интегральной медицине и интегральному человековедению. Дорожки пошли к истокам.

Цитаты выше — из книги американца Гарри Райта, врача и путешественника, «Свидетель колдовства». К переводу этой книги мне довелось писать предисловие, в коем сказано, что это не совсем предисловие, а скорее попытка профессионального отзыва о работе колдунов и об их пациентах...

Мир призраков, власть страха. Верования и обряды

их причудливо многообразны, но в сути своей неизменно схожи. Их миром управляют духи — вездесущие и непостижимые начала добра и зла. Духи могущественны и коварны, несговорчивы и мстительны. В их власти погода и урожай, болезнь и здоровье, счастье и несчастье... Невидимые, но могущие принимать любую форму — зверя, предмета, человека, явления или отвлеченного понятия, — они вселяются во все и вся и всюду вершат свой произвол. В их мотивах легко усмотреть обычные человеческие побуждения. Люди приписывают божествам свою собственную психологию, осознаваемую столь же смутно, как и законы мира. В сущности, они живут в двойном мире. Первый — мир их обыденной реальности, деятельности, второй — призрачный. Тот и другой глубоко спаяны в их мышлении.

Быть может, мы лучше поймем это, вспомнив, как часто ребенок одушевляет предметы и приписывает животным человеческие побуждения, как легко верит в волшебные слова и действия... Причинно-следственный порядок мира в его разуме еще не обозначился: его легко убедить, что убийство лягушки может повлечь за собой дождь, а если побить стул, о который ушибся, боль утихнет, — и ведь действительно утихает!... Когда видишь вокруг себя множество необъяснимых совпадений, очень просто прийти к выводу, что связь вещей и событий не имеет ограничений. Когда не знаешь почти ничего, а понять нужно все, естественно объяснять неизвестное через знакомое. Поначалу же самым знакомым для всякого кажется собственная персона.

Вот и магия: все может влиять на все, и на меня в том числе. Значит, и я могу влиять на все, совершая определенные действия, сочетая слова, предметы, поступки...

Это стихийное, как бы само собой вытекающее из природы предположение о неограниченной связи всего со всем есть, в сущности, зачаток научного мышления; это первый, пока еще хаотический способ объяснения мира. Люди все время ищут причины и связи явлений: с каким упорством они выискивают виновников своих страданий и неудач!..

Опыт в конце концов выделяет из сонма мнимых причин реальные и начинает строить здание истины. Беспорядочное комбинирование приводит к открытиям.

Магия — бабушка науки. Внучка шаг за шагом осуществляет ее несбыточные мечты. Но никакие достиже-

ния, никакое развитие экономики и культуры еще не делает разум руководителем человека.

Магическое мышление не исчезает и в самых цивилизованных обществах. Остатки его можно проследить и в некоторых наших обычаях (например, в застольном чоканье), во множестве суеверий и предрассудков, даже у вполне образованных людей. Спортивный болельщик вряд ли подозревает, что его радости и огорчения коренятся в магии. Молодой математик, отправляясь защищать диссертацию, зачем-то берет с собой маленький талисман...

Даже боязнь сквозняков скорее магична, нежели научно обоснована. Изгнание магии из сознания, тем паче из подсознания, — дело не такое уж легкое, корни глубоки...

Что же требовать от людей, разум которых изолирован от потока общечеловеческой культуры, скован обычаями и суровыми законами группового соподчинения?

Они вовсе не лишены задатков высокого развития. В привычной среде, в практических ситуациях, выверенных опытом, они могут быть трезвы и близки к разумности. Только там, где начинается неподвластное, где Непонятное обрушивается на них неожиданными препятствиями, угрозами и несчастьями, их деловая ориентировка уступает место слепому страху.

Там, где начинается страх, кончается мысль.

Он нужен — этот человек, бесстрашно вступающий в связь с Непонятным. Он нужен — заклинатель, вырывающий милости духов и ограждающий от их произвола. Пусть он, тайновидец, ведет и прорицает, исцеляет и вершит правосудие, пусть пользуется почетом и всеми мыслимыми привилегиями. Они выделяют его из своей среды.

Многоликий манипулятор. Настоящие колдуны, как и сказочные, бывают и добрыми и злыми.

Но каким бы он ни был, колдун может играть свою роль лишь при одном условии — полной духовной власти. Первейшая забота — любыми способами доказать, что всеведущ и всегда прав. Фокусничество, жульничество, провокации — рядовые средства. Делать хорошую мину при плохой игре, ни в коем случае не показать, что беспомощен, уметь представить дело так, что все было предвидено. Если добиваешься желаемого, авторитет возрастает; если не добиваешься, — сумей представить это виной тех, кто не понял, ослушался или злостио

препятствовал. Благо сородичей — забота, оправдывающая и убийства.

Если же хоть единожды выказал бессилие, если поражение очевидно, — это конец.

Страх и слепая вера... Ведомы ли они им самим? Вероятно, да, колдуны тоже люди. Но страх противопознан, преодоление его — главный момент психологической подготовки. Что же касается веры, то здесь двойственность... С одной стороны, надлежит верить сильнее, чем кому бы то ни было, иначе не сможешь веру внушать. С другой — быть трезвым скептиком и, обманывая других, остерегаться самообмана. Смесь цинизма и фанатизма...

Жизнь колдуна полна риска и напряжения, неведомого сородичам. Испытательный отбор на должность весьма суров. Всегда угрожает позорное падение; вместе с почитанием, раболепием — злоба, месть, зависть, жесточайшая конкуренция. Борьба за власть, при всех временных сговорах, не знает пощады и не признает никаких правил. Колдун колдуну — всегда враг.

Почему вакансии эта никогда не пустует?..

«Психологическое порабощение одних людей другими старо как мир. На земле всегда были люди, жаждавшие власти. Но искусная, хорошо продуманная практика овладения человеческим сознанием, контроля над ним, практика превращения этого сознания в глину, из которой можно вылепить все что угодно, — это вклад, за который общество обязано прежде всего знахарям».

«... В любом случае он тонкий психолог. Он должен быть и политиком, и артистом. Он понимает свою аудиторию, которая ждет от него и развлечения, и заботы...»

«Колдун часто бывает человеком ущербным — физически или социально. Он может быть слабовольным или калеккой, даже эпилептиком... Зачастую он подвержен видениям, трансам и другим аномальным психологическим состояниям. В некоторых племенах знахаря называют тем же словом, что и помешанных...»

На первый взгляд парадокс: «физическая или социальная ущербность» должна мешать? Однако недаром в народных сказках колдун обыкновенно горбат и уродлив.

Многие тысячелетия уродство властвовало над красотой, болезнь — над здоровьем...

Роль колдуна задана сознанием его соплеменников: на земле всегда было достаточно людей, жаждавших, чтобы над ними властвовали.

Внушение вчера и сегодня. Как же лечат колдуны? Многовековая практика знахарства дала медицине множество лекарств. Часть из них известна широко (хинин, кураре, кокаин и т. д.), другие знакомы только фармакологам. И сегодня еще некоторые знахари применяют какие-то сильнодействующие средства, неизвестные медицине.

Однако могущество колдунов заключается не столько в необыкновенных лекарствах, сколько в умелом использовании средств самых обычных.

«Элементы психологии и психотерапии пронизывают все существо искусства магии...» «Знахари... широко используют два основных механизма психотерапии: внушение и исповедь. Знахарь... ослабляет тревогу и внушает веру. Все это полностью соответствует принципам психоанализа и психотерапии. Однако знахарь простейшими приемами за несколько минут достигает результатов, для которых нашим высокооплачиваемым психиатрам требуются месяцы и даже годы».

Эти приемы, впрочем, не всегда просты. Не так уж легко, в самом деле, провести массовый сеанс гипноза с внушенными галлюцинациями, как это произошло в «танце леопарда», описываемом Райтом. Если галлюцинацию испытал и скептически настроенный белый человек, значит, воздействие было сильным ...

Из наблюдений Райта явствует, что в некоторых местах колдуны используют какие-то особые приемы, сущность которых науке еще надлежит постичь. Как объяснить, например, ясновидение жрецов Бали, которое Райт тоже испытал на себе? Отмечу лишь один момент: для послушников жрецов Бали главное — «верить, что «желаемое» значит «возможное».

Вот главное:

«Габрио (излеченный пациент. — В. Л.) верил во всемогущество знахаря так же безраздельно и искренне, как ребенок, воспитанный в католическом духе, верит в мудрость своего приходского священника. Он верил во всемогущество знахаря еще до того, как тот его провиль...»

Вера, слепая вера. Колдуну необходимо знать мир пациента и говорить с ним на знакомом языке. Но понятным должно быть не все: «секреты фирмы» ревностно охраняются. Чем больше непонятного, тем внушительнее...

В типичных случаях колдун выстраивает перед па-

циентом нелепую, но убедительную «концепцию» болезни. Затем столь же убедительно инсценирует устранение причины. Одной болезнью вытесняет другую, одним страхом — другой.

Человек, по всем признакам мертвый, вдруг оживает под действием магических заклинаний и музыки. Умирают люди, выпившие испытательное зелье. Другие и сам колдун выпили яд в еще большем количестве, но умерли только те, кому было внушено сознание вины и неотвратимости наказания. Быстро погибает человек, обвиненный в преступлении. Его не убивали, не наказывали, не отравляли. Его... «убедили умереть».

Читая это, я вспомнил известный опыт, проводившийся в дореволюционное время. Преступнику, приговоренному к смерти, сообщили, что он будет казнен посредством вскрытия вены. Его привели к месту казни и, показав ее орудия, завязали глаза. Далее был имитирован надрез скальпелем, и на обнаженную руку полилась теплая вода — «кровь». Через несколько минут началась агония, и приговоренный скончался. Вскрытие показало смерть от паралича сердца. Опыт этот доказал возможность внушенной смерти.

Непонятное и неподвластное присутствует и в жизни цивилизованного человека. В обыденном благополучии оно оттесняется за порог сознания. Но вот внезапная угроза — болезнь, личная или социальная драма, — и демоны снова всплывают. Не хватает мужества и интеллекта — пробуждаются пласты примитивной внушаемости — душа снова обнажена и для мрака и для света...

Н., женщина средних лет, случайно поперхнулась куском пищи. Несколько дней ощущала затруднение при глотании. Как раз в это время одна из ее родственниц умерла от рака пищевода. Н. завладела мысль, что раком больна и она. Расстройства глотания стали нарастать, появились сильные боли, бессонница. Хирурги и терапевты никаких признаков поражения пищевода не установили, но это не успокоило Н.; мысли о раке продолжали терзать, боли усиливались, стала быстро худеть... «Это рак, а меня просто успокаивают, обманывают, ведь о раке больным никогда не говорят...»

Передо мной сидела изможденная женщина, по виду действительно раковая больная. Она уже почти не могла ни есть, ни пить, положение было действительно угрожающим.

Последовала серия внушений в гипнозе. «Проходят боли... Налаживается аппетит, сон... Здорова...» Во время одного из сеансов глотание восстановилось.

Как возможна внушенная смерть, так возможна и внушенная жизнь.

Синоним психотерапии — веролечение.

Нуждается ли цивилизация в колдунах. Там, в саваннах и джунглях, наш далекий коллега соединяет лечение с судопроизводством, политические интриги — с предсказаниями погоды, культовые обряды — с ветеринарией... Он психотерапевт только по совместительству. Здесь, у нас в кабинете, четко определенная ролевая ситуация «больной — врач». От психотерапевта не требуют вызывать дождь, я вижу в этом несомненное преимущество.

Как это ни странно, в неразвитых обществах гораздо меньше людей, «не охваченных» психотерапией, чем в так называемом цивилизованном мире.

В отношении пациента и врача вмешиваются всякого рода условности. Доверие все менее достижимо. Чудес все меньше, кропотливой неблагодарной работы все больше. Поточность.

Нужда в психотерапевтах не убывает. Напротив.

Не могу согласиться с Райтом, когда он говорит, что задача психотерапевта — «только отправить пациента в мир его собственных иллюзий и фантазий, убаюкав его сознание...» Нет, задача как раз в том, чтобы иллюзии развеивать, а сознание развивать.

ЦВЕТЫ ЧЕЛОВЕКОВЕДЕНИЯ

Хорошо, что кроме дня есть и ночь.

Потребность писать можно отнести к проявлению более древней потребности говорить.

Пишущий обращается к Невидимке.

В 7 лет написал первый рассказ — про охоту на леопарда, придумал себе заодно и брата, которого не хватало. До сих пор считаю этот рассказ самым удачным своим произведением.

Писал книги во время ночных дежурств, в промежутках между обходами, вызовами, урывками сна, партиями в шахматы и всем прочим, чем занимаются врачи и не врачи...

Мне возвращали рукописи с терпеливыми увещеваниями, что не надо смешивать мозг с политической

географией («Страна памяти», «Королевство эмоций», «Государство потребностей»), не стоит также описывать работу души в стихах.

... Что ж, коли так, перепиши, редактор,
мозги мои перепаша, как трактор,
у каждой буквы выверни карман.
А я за это дело, по знакомству,
на высший суд отдам тебя потомству,
я памятлив, как всякий графоман...

Варианты, написанные уже без надежды и в страшной спешке, вдруг нравились. В сигнальных экземплярах обнаруживалась масса нелепостей, пошлостей — полный букет авторской непригодности для жизни на этом свете.

«Ну что ж, как-нибудь переживем, будем считать это ошибкой молодости. Еще не поздно начать сначала».

С обложки смотрит чья-то чужая, антиврачебная физиономия. Думают, что это ты. Так тебе и надо.

Начались письма...

Они-то и убедили меня, что Невидимку интересует не красота слога, не знания, даже не советы, как жить, хотя все это может и пригодиться... Невидимка ищет в книге себя.

Если красота не воспринимается, тем хуже для красоты. Если знание не правится, тем хуже для знания.

Пытался объяснить, что человековедение — не набор рецептов и не свод формул, а многомерная ткань, океан, который везде; что человеку не чуждо ничто нечеловеческое; что суть всюду...

В чем суть цветка? И можно ли добраться до нее, обрывая лепестки, один за другим?..

НЕСЧ. ЛЮБОВЬ И ДРУГОЕ

Часто выступал.

Обычная программа: нечто вроде лекции о том, как быть собой. Плюс зрелище — сеанс для иллюстрации.

Зал человек на семьсот. После сеанса закрываешь глаза и видишь... глаза. Ищущие, сияющие, полные мысли, пустые, недоверчивые, слишком доверчивые... Дня три еще потом они следят за тобой, спорят, о чем-то спрашивают...

Горка записок начинает расти с первой минуты. На все ответить не успеваю, но все уношу с собой. Огромная ценность: мини-письма. Лепестки цветка...

Первым делом отсеиваю стандартные, дежурные:
Верите ли вы в телепатию?

Как вы относитесь к йогам (Фрейду, лечению биополем, гипнотизеру Р., летающим тарелкам, своей жене)?

Можно ли полюбить под гипнозом?

Как попасть к вам на прием?

Встречи можно превращать и в исследования. Бывают аудитории и по тысяче человек, это уже статистически представительно.

Задается вопрос:

ЧЕГО ВЫ ХОТИТЕ ОТ САМИХ СЕБЯ?

Или:

В ЧЕМ ВАМ МОГЛА БЫ ПОНАДОБИТЬСЯ ПОМОЩЬ ВРАЧА-ПСИХОЛОГА?

(Психотерапевта или психолога, лучше не психиатра.)

Отвечать прошу короткой запиской.

Раскладываю по темам, разделам, рубрикам...

РАЗНОЕ, или Несбытотдел. Всевозможные недоумения, недопонимания, недо...

Что же все-таки у вас за специальность?

Либо непонятливость, либо выступавший был недостаточно убедителен.

А нам и так хорошо!

(Почерк нетрезвый.)

Крепкий мужчина, могучим нажимом прорывая бумагу, желает избавиться от робости перед тещей, а также стать гениальным. Кто-то поскромнее мечтает

хоть один раз выиграть в Спортлото.

Хочу быть молодой.

Как избавиться от желания иметь деньги?

Очаровательная наивность, пыльные шуточки, знаки скепсиса, недоверия... Ну чего ты пристал, зачем лезешь в душу без приглашения? Неужели не понимаешь, что наши желания лежат в сферах недостижимых? Забыл, что ли, что есть невезение, старость, болезни, которые не вылечиваются? А тысячи прочих неурядиц и несчастий, а все бытовое, все безумие неотложностей — о чем разговор?..

Я хочу слишком многого.

Один дает понять, что ему не о чем с тобой толковать (зачем же вообще отвечать? Или не вполне убежден?); другой не понял вопроса; третий понял слишком буквально.