

Роберто Ассаджиоли

Нервные заболевания при духовном росте

В работе известного итальянского врача и философа говорится о неизбежном спутнике духовного роста человека - разного рода нервных заболеваниях, сопровождающих этот процесс.

Предисловие.

Роберто Ассаджиоли (1888 - 1974) широко известен в Европе как врач-философ, создатель техники реконструкции личности, которую он назвал "психосинтезом". В 1940 году, арестованный фашистскими властями Италии, он около месяца провел в камере-одиночке и впоследствии рассказывал друзьям, что это был интересный и ценный опыт, который дал ему возможность провести ряд специальных психодуховных упражнений. Столь же эффективно использовал Ассаджиоли вынужденное затворничество в 1943 году, когда скрывался от режима Муссолини в отдаленных горных деревушках.

Духовное развитие человека - это длительный процесс; это путешествие по чудесным странам, богатое не только удивительными событиями, но и препятствиями, опасностями. Оно связано с процессами глубокого морального очищения, полной трансформации, пробуждения многих не использовавшихся ранее способностей, роста сознания до немыслимого прежде уровня, расширения его на новые внутренние пространства. Поэтому не удивительно, что столь важные изменения проходят различные критические стадии, которые нередко сопряжены с нервными, эмоциональными и умственными расстройствами. При обычном клиническом наблюдении их легко спутать с расстройствами, происходящими от совсем иных причин.

Между тем расстройства, о которых мы говорим, имеют совершенно особый смысл, они требуют иной оценки и лечения. В наши дни эти расстройства, вызванные духовными причинами, встречаются все чаще. Появляется все больше людей, сознательно или бессознательно испытывающих внутренние духовные нагрузки. Кроме того, духовное развитие современного человека в силу его большей разносторонности, и особенно вследствие сопротивления, вызванного его критическим умом, стало более трудным и сложным внутренним процессом, чем в прежние времена. Поэтому целесообразно дать обзор нервных и психических расстройств, которые могут возникать на различных этапах духовного развития, и показать наиболее действенные методы их преодоления.

На пути к достижению полного духовного сознания человек может проходить через пять критических стадий: кризисы, предшествующие духовному пробуждению; кризисы, вызванные духовным пробуждением; спады вслед за духовным пробуждением; кризисы на стадии духовного пробуждения и, наконец, "темная ночь души". Рассмотрим их по порядку.

Кризисы, предшествующие духовному пробуждению.

Чтобы правильно оценить смысл странных внутренних переживаний, выступающих предвестниками душевного пробуждения, мы скажем несколько слов о психике среднего человека. Его как бы несет течением жизни. Он принимает жизнь такой, какой она

приходит, не задаваясь вопросами о ее смысле, ценности и целях. Для человека с низким уровнем духовного развития все сводится к осуществлению личных желаний, например, он стремится к богатству, удовлетворению своих влечений и честолюбию. Человек, духовный уровень которого несколько выше, подчиняет свои личные склонности выполнению тех семейных и гражданских обязанностей, почтение к которым заложено в него воспитанием. При этом он не задумывается над тем, откуда взялись эти обязанности, как они соотносятся между собой и т.д. Он может считать себя верующим, однако его религиозность будет поверхностной и стереотипной. Чтобы жить со спокойной совестью, ему достаточно формально выполнять предписания своей церкви и участвовать в установленных обрядах. Короче говоря, обычный человек опирается, не задумываясь, на безусловную реальность обыденной жизни. Он крепко держится за земные блага, которые имеют для него позитивную ценность. Таким образом, земное существование практически является для него самоцелью. Даже если он верит при этом в будущий рай, вера его является чисто теоретической и академической. Да и попасть в этот "рай" он будет стремиться как можно позже.

Тем не менее может случиться, и время от времени это случается, что этот "обычный" человек претерпевает в своей душевной жизни внезапную трансформацию, которая застает его врасплох и пугает. Иногда эта трансформация наступает в результате многих разочарований, а нередко и сильного душевного потрясения, например, вследствие потери близкого человека. Однако порой она протекает без внешних причин: среди полного благополучия и благоволения судьбы возникает неопределенное беспокойство, чувство неудовлетворенности и внутренней пустоты. Человек страдает от отсутствия чего-то неопределенного, того, что сам он не может ни назвать, ни описать. Постепенно приходит чувство нереальности, суетности будничной жизни. Личные интересы, которые до сих пор занимали человека и целиком заполняли его, как бы блекнут и теряют свою важность и ценность. На передний план пробиваются новые вопросы: человек начинает размышлять о смысле жизни, о причинах явлений, которые прежде воспринимались как сами собой разумеющиеся - он размышляет об истоках собственного и чужого страдания, об оправдании человеческого неравенства, о происхождении и цели человеческого существования.

На этом этапе нередко заблуждения. Многие, не понимая смысла этого нового состояния души, рассматривают его как нагромождение причуд и болезненных фантазий, поскольку оно очень мучительно, всячески стараются его подавить. Боясь "сойти с ума", они делают все возможное, чтобы вновь погрузиться в конкретную реальность, которая, как им кажется, грозит от них ускользнуть. В ходе этой борьбы некоторые с удвоенным рвением бросаются в водоворот жизни и жадно ищут новых занятий, возбуждений и ощущений. Иногда таким путем им удается приглушить свое беспокойство, но почти никогда не удается избавиться от него совсем. Оно, это беспокойство, бродит в глубинах их существа, растворяет устои обыденной жизни и через какое-то время, иногда даже через несколько лет, с новой силой вырывается на поверхность сознания. Теперь это беспокойство становится еще мучительнее, внутренняя пустота - еще невыносимее. Человек чувствует себя уничтоженным, все, из чего состояла его прежняя жизнь, кажется сном, опадает, как пустая оболочка. В то же время новый смысл еще не появился, и порой человек не просто ничего не знает о нем, но даже не подозревает о возможности его существования. Часто к этому страданию добавляется еще моральный кризис, пробуждается и углубляется этическое сознание, человек терзается тяжким чувством вины и раскаяния за прошлые свои дела. Он сурово судит себя и впадает в полное уныние.

Естественно, в этом состоянии легко являются мысли о самоубийстве, прекращение своего физического существования кажется логическим разрешением внутреннего краха.

Отметим, что это лишь общая схема протекания подобных переживаний. В действительности здесь возможны различные индивидуальные особенности: одни вообще не испытывают острой стадии, другие оказываются в ней совершенно внезапно, без предварительных этапов, у третьих господствуют навязчивые философские сомнения, у четвертых основную роль играет моральный кризис. Эти проявления духовного перелома очень похожи на определенные симптомы при неврастении или психастении. В частности, одним из симптомов психастении является не что иное, как утрата функционирования в реальности, другим - деперсонализация. Сходство духовного кризиса с указанными заболеваниями усиливается еще и тем, что он вызывает те же физические симптомы: истощение, нервное напряжение, бессонницу, расстройства пищеварения и кровообращения.

Кризисы, вызванные духовным пробуждением.

Установление связи между личностью и душой, сопутствующие ему потоки света, радости и деятельной силы приносят чудесное состояние освобождения. Внутренняя борьба, страдания, неврозы и физические потрясения могут внезапно исчезнуть и часто с такой удивительной быстротой, что становится очевидно, что происходят они не от материальных причин, а от душевных страданий. В таких случаях духовное пробуждение является исцелением в полном смысле этого слова. Однако не всегда пробуждение совершается так просто и гармонично. Оно может само по себе вызывать сложности, расстройства и отклонения. Это касается тех людей, чей ум не вполне уравновешен, чья эмоциональная жизнь чрезмерно экзальтирована, нервная система слишком нежна или чувствительна, чтобы безболезненно выдержать резкое усиление духовных энергий. Когда разум слишком слаб или не подготовлен, чтобы вынести духовный свет, или когда человек склонен к высокомерию и эгоцентризму, внутренние события могут быть неправильно поняты. Возникает так называемое смещение уровней, перенос относительного на абсолютное, сферы личного - в духовный мир. Таким образом, духовная сила может привести к раздуванию личностного "я".

Несколько лет назад мне представился случай наблюдать типичный крайний случай такого рода в психиатрической больнице Ванкона. Один из ее обитателей, симпатичный старичок, спокойно и упорно утверждал, что он Господь Бог. Вокруг этого убеждения он соткал полотно фантастических идей о небесных воинствах, которыми он повелевал, о великих делах, им совершенных, и так далее. Во всем остальном он был прекрасным и любезнейшим человеком, всегда готовым услужить врачам и больным. Его разум был очень ясен и внимателен. Он был так добросовестен, что его сделали помощником аптекаря. Аптекарь доверил ему ключ от аптеки и приготовление лекарств, и от этого не было ни малейших неприятностей, если не считать исчезновения сахара, который он изымал из запасов, чтобы доставить удовольствие некоторым пациентам. С обычной медицинской точки зрения нашему больному следовало бы поставить диагноз: простой случай мании величия, параноидального заболевания. Но в действительности все эти формулировки являются лишь описательными, вводящими в какие-то клинические рамки. Мы не узнаем из них ничего определенного о природе, об истинных причинах данного расстройства. А нам важно знать - не стоят ли за идеями больного более глубокие психологические мотивы.

Мы знаем, что восприятие реальности духа и внутреннего его единства с человеческой душой вызывает у человека, который это переживает, чувство внутреннего величия, роста, причастности к Божественной природе. В религиозных учениях всех времен мы находим многочисленные свидетельства этого. В Библии сказано кратко и ясно: "Знаете ли вы, что вы боги?". Блаженный Августин говорит: "Когда душа человека любит, то она становится

подобна тому, что любит". Когда она любит земное, то становится земной, но когда она любит бога, не становится ли она Богом? Сильнее всего полная тождественность человека - духа в его чистом бытии - с высшим духом выражена в философии Веданты.

Как бы мы ни воспринимали это отношение между индивидуальным и универсальным - как полную тождественность по сути или как подобие, как причастность или как единство, - и в теории, и на практике нужно четко осознавать безмерную дистанцию между духом в его чистом бытии и обычной личностью. Первое - это основа, или центр, или индивидуальность. Второе - это наше маленькое "я", наше обыденное сознание. Пренебрежение этим различием ведет к нелепым и опасным последствиям. Именно это позволяет понять душевное расстройство описанного выше больного и другие, не столь крайние формы самовозвышения и самообожествления. Болезненное заблуждение тех, кто становится жертвой подобных иллюзий, заключается в том, что они приписывают своему преходящему "я" качества и способности высшего духа. Речь идет о смешении относительной и абсолютной реальности, личного и метафизического уровней. Подобное понимание определенных случаев мании величия может дать ценные указания к их лечению. А именно: совершенно бесполезно доказывать больному, что он не прав, что он заблуждается, высмеивать его. Это может только вызвать раздражение и возбудить его. Предпочтительна другая линия поведения: признать реальность, которая содержится в его идеях, а потом со всем терпением попытаться объяснить больному его заблуждения.

В других случаях пробуждение души и сопутствующее ему внезапное внутреннее просветление могут вызвать эмоциональную перегрузку, которая проявится бурно и беспорядочно, в виде криков, плача, пения и возбужденных действий. Некоторые сильные натуры в результате подъема, вызванного духовным пробуждением, могут объявить себя пророками или реформаторами. Они возглавляют движения, основывают секты, отличающиеся фанатизмом и стремлением всех обратить в свою веру. У некоторых людей высокого уровня, но слишком сильных, в результате пережитого откровения трансцендентной и божественной стороны собственного духа возникает притязание на полную и буквальную тождественность со своей духовной частью. На самом же деле такая тождественность может быть достигнута лишь в результате долгого и сложного пути трансформации и перерождения личности. Поэтому их притязание не может быть удовлетворено - отсюда депрессивные состояния вплоть до отчаяния и импульсов к самоуничтожению.

У некоторых соответствующе предрасположенных людей внутреннее пробуждение может сопровождаться различными паранормальными явлениями. Они имеют видения высших ангелообразных существ, слышат голоса или испытывают автоматическое побуждение к письму. Значение таких сообщений может быть различным. В каждом случае нужна трезвая проверка и анализ без заведомого отвержения, но и без предварительного пиитета, который может внушать необычность источника их информации. Особенно осторожно следует относиться к сообщениям, которые содержат прямые приказы и требуют слепого послушания, а также к тем, в которых превозносится воспринимающий информацию - истинные духовные учителя никогда не прибегают к таким средствам. Следует заметить, что независимо от того, насколько истинны и значимы такие сообщения, они всегда вредны для здоровья, ибо могут в значительной степени нарушить равновесие чувств и разума.

Спады, следующие за духовным пробуждением.

Через некоторое время после духовного пробуждения обычно возникает спад. Мы уже говорили о том, что гармоничный процесс духовного пробуждения вызывает ощущение

радости, просветления ума, осознания смысла и цели бытия. Рассеиваются многие сомнения и решаются многие вопросы, появляется ощущение внутренней уверенности. Все этому сопутствует переживание единства, красоты и святости жизни: пробужденная душа изливает поток любви ко всем людям и ко всякой твари. И в самом деле, нет ничего более радостного для сердца и более утешительного, чем соприкосновение с пробужденным, который находится в таком состоянии благодати. Кажется, что прежняя его личность с ее острыми углами и неприятными сторонами исчезла, а нам улыбается новый человек, исполненный симпатии, стремления принести радость и быть полезным окружающим, разделить с ними полученные духовные сокровища, которые он не может объять в одиночку. Это состояние радости может продолжаться более или менее долго, но ему, конечно же, приходит конец. Повседневная личность с ее глубоким фундаментом лишь временно ушла с поверхности, она как бы заснула, но не исчезла и не преображена полностью. Кроме того, поток духовного света и любви, как и все остальное в мире, ритмичен и цикличен. Следовательно, рано или поздно за приливом следует отлив. Переживание ухода благодати очень мучительно, и в некоторых случаях оно влечет за собой сильнейший спад и серьезные расстройства. Вновь пробуждаются и с новой силой утверждают себя низменные влечения. Весь "мусор", поглощенный потоком, снова всплывает на поверхность. Между тем процесс пробуждения уже утончил этическое сознание, усилил стремление к совершенству, человек судит себя строже, безжалостнее, ему может казаться, что он пал глубже, чем прежде. Это заблуждение подкрепляется тем обстоятельством, что на поверхность выходят ранее глубоко скрытые наклонности и влечения: высокие духовные устремления, являя как бы вызов этим силам, пробудили их и извлекли из бессознательного. Спад может заходить так далеко, что человек начинает отрицать духовную значимость своего внутреннего опыта. В его внутреннем мире царят сомнения и самоунижение, он поддается искушению считать все, что с ним случилось, иллюзией, фантазией, сентиментальными "сказками". Он может стать ожесточенным и саркастичным, цинично высмеивать себя и других, отречься от своих идеалов и устремлений. Но несмотря на все усилия, он уже не волен вернуться в прежнее состояние. Красота и чудо того, что он пережил, остаются в нем и не забываются. Он уже не может просто жить мелкой будничной жизнью, его терзает и не дает покоя божественная тоска. В целом реакция крайне болезненна, с приступами отчаяния и мыслями о самоубийстве. Подобные чрезмерные реакции преодолеваются ясным пониманием того, что происходит, и тем самым осознанием единственного пути для преодоления трудностей. Именно в этом человеку необходима помощь со стороны. Нужно помочь ему осознать, что состояние благодати не может длиться вечно и что последующая реакция естественна и неизбежна. Прекрасное состояние, пережитое им, было подобно взлету к озаренным солнцем вершинам, с которых видна вся картина мира. Но каждый полет рано или поздно приходит к концу. Мы снова возвращаемся на равнину и потом медленно, шаг за шагом, преодолеваем крутой подъем, ведущий к вершине. И осознание того, что пережитый спуск или "падение" - естественный процесс, через который все мы должны пройти, утешает и ободряет странника, помогая собрать силы, чтобы начать уверенный подъем. Кризисы на стадии духовного преображения.

Упомянутый подъем в действительности состоит в полной трансформации и перерождении личности. Это длительный и сложный процесс, включающий различные фазы: фазу активного ощущения с целью устранения препятствий потоку духовных сил; фазы развития внутренних способностей, прежде скрытых или слабо выраженных; фазы, в течение которых личность должна безмолвно и кротко давать духу работать с собой, мужественно и терпеливо перенося неизбежные страдания. Это время, полное перемен, когда свет и тьма, радость и боль сменяют друг друга. Нередко силы человека на этом

этапе настолько поглощены тяжкими и порой мучительными внутренними событиями, что он плохо справляется с разнообразными требованиями внешней личностной жизни.

Посторонний наблюдатель, оценивающий такого человека с точки зрения его нормальности и практической эффективности, скорее всего придет к выводу, что он как бы стал "хуже", "стоит" меньше, чем раньше. Так внутренние проблемы духовно развивающегося человека усугубляются непониманием и несправедливыми оценками семьи, друзей и даже врачей. Не раз слышит он неодобрительные замечания о пагубном воздействии духовных стремлений и идеалов, лишаящих человека его достоинств в практической жизни. Подобные суждения часто вызывают глубокую подавленность, душевное смятение и уныние. Это испытание, как и другие, должно быть преодолено. Оно учит справляться с личной чувствительностью и помогает выработать твердость и независимость суждений. Поэтому следует не сопротивляться такому испытанию, а терпеливо принять его. Если же близкие поймут состояние человека в этой ситуации, они могут оказать ему важную помощь, избавить его от лишних страданий. Речь идет лишь о некотором переходном периоде, когда человек оставил прежнее состояние, но еще не достиг нового. Так гусеница, которая превращается в бабочку, должна пройти стадию куколочки, стадию беспомощности и бессознательности.

В отличие от гусеницы человек лишен той безопасности и тишины, в которой бабочка проходит свою метаморфозу. Он должен, особенно в наше время, оставаться на своем месте и по мере сил выполнять долг перед семьей и обществом, профессиональные обязанности - так, как если бы в его внутреннем мире не происходило ничего особенного. Выпадающая ему задача очень трудна. Можно сравнить ее с проблемой, стоявшей перед английскими инженерами, которые должны были перестраивать здание лондонского вокзала, не прерывая движения поездов ни на один час. Не удивительно, что столь сложная задача порой вызывает такие нервные и душевные расстройства, как истощение, бессонница, подавленность, раздражительность, которые в свою очередь, вследствие тесного взаимодействия духа и тела, могут вести к различным физическим симптомам.

Чтобы помочь в такой ситуации, необходимо прежде всего распознать истинную причину болезни и оказать больному правильную психотерапевтическую помощь, иначе чисто физическое лечение и прием лекарств лишь смягчат неблагоприятное, но никак не подействуют на душевно-духовные корни недуга. Иногда эти расстройства происходят от перегрузки - от чрезмерных усилий, направленных на то, чтобы ускорить духовное развитие. Следствием таких усилий становится не трансформация, а вытеснение низших компонентов, обострение внутренней борьбы с соответствующим нервным и душевным перенапряжением. Слишком ревностно стремящиеся к совершенству должны постоянно помнить, что работа по их внутреннему перерождению осуществляется духом и духовными энергиями. Их же личностная задача - призвать к себе эти силы через внутреннее самоотвержение, медитацию и правильное состояние души, стремиться устранить то, что может мешать свободному воздействию духа. Помимо этого, им остается лишь с терпением и доверием ожидать развертывания духовного действия в душе. Другая, в некотором смысле, противоположная трудность - справиться с особо мощным потоком духовной силы. Эта драгоценная энергия легко может растрачиваться в избытке чувств и излишней лихорадочной деятельности.

В некоторых случаях эта энергия, напротив, слишком сдерживается, накапливается, недостаточно реализуется в деятельности, так что в конечном итоге ее давление также порождает внутренние расстройства. Так, сильный электрический ток плавит проводник, вызывая короткое замыкание. Таким образом, следует научиться разумно

управлять потоком духовных энергий; не растрчивая, использовать их в плодотворной внутренней и внешней деятельности.

Темная ночь души.

Когда процесс трансформации достигает высшей точки, решающий, последний его этап нередко сопровождается сильными страданиями и внутренней омраченностью. Христианские мистики называли это состояние "темная ночь души". Внешне оно напоминает болезнь, которую психиатры называют депрессивным психозом или меланхолией. Ее признаки: состояние тяжелой подавленности вплоть до отчаяния; выраженное чувство собственной недостойности; острое самоосуждение - совершенно безнадежен и проклят; угнетающее чувство парализованности ума, утрата силы воли и самоконтроля, сопротивление и торможение по отношению к любым действиям. Некоторые из этих симптомов могут появляться в менее выраженной форме и на предшествующих стадиях, не достигая, однако, напряженности "темной ночи души". Это своеобразное и плодотворное переживание, чем бы оно ни казалось, не порождается чисто болезненным состоянием. Оно имеет духовные причины и глубокое духовное значение. Вслед за этим так называемым "мистическим распятием" или "мистической смертью" наступает победное воскрешение, и с ним кончаются страдания и недуги. Оно несет с собой полное выздоровление и вознаграждает за все пережитое.

Выбранная тема заставила нас заниматься почти исключительно негативными и необычными сторонами внутреннего развития. Это вовсе не означает, что люди, идущие по пути духовного роста, испытывают нервные расстройства чаще других. Отметим следующее.

Во-первых, у многих духовное развитие протекает гармоничнее, чем в описанных случаях, внутренние трудности преодолеваются, и человек переходит с этапа на этап без нервных реакций и без особых физических недомоганий.

Во-вторых, нервные и психические расстройства у обычных людей нередко протекают тяжелее и хуже поддаются лечению, чем те, что имеют духовные причины. Расстройства обычных людей часто связаны с сильными конфликтами страстей между собой, или конфликтами бессознательных влечений с сознательной личностью, или же они порождаются чьим-то противодействием их собственным эгоистическим требованиям или желаниям. Обычных людей бывает труднее лечить, так как высшие их аспекты слишком слабо развиты и мало на что можно опереться, чтобы убедить их подчинить себя той самодисциплине, которая позволит восстановить внутреннюю гармонию и здоровье.

В-третьих, страдания и болезни тех, кто идет по пути духовного роста, какие бы тяжкие формы они порой ни принимали, в действительности - лишь временные реакции, как бы "отходы" органического процесса роста, ведущего к внутреннему перерождению. Поэтому они часто сами по себе исчезают, когда проходит вызвавший их кризис, либо относительно легко устраняются правильным лечением.

Четвертое. Страдания, вызванные отливом духовной волны, с лихвой возмещаются не только периодами прилива и внутреннего подъема, но и верой в значимую и высокую цель, ради которой происходит внутреннее путешествие.

Предвидение победы - очень большая побудительная сила и утешение, неиссякаемый источник мужества. Этот образ мы должны возбуждать в себе сколь можно ярко и часто и помогать в этом нашим спутникам. Ибо это едва ли не самая лучшая помощь, которую мы

можем оказать. Мы должны стремиться как можно выразительнее представить себе благодать победившей и освобожденной души, которая сознательно причащается мудрости, силе и любви Божественной жизни, увидеть внутренним взором осуществление на земле Царства Божьего во славе Его, совершенство, которое являет собой картина освобожденного человечества, - новорожденного творения, полного божественного ликования. Подобные видения давали великим мистикам и святым с улыбкой переносить внутренние страдания и физические муки, они вдохновили слова святого Франциска Ассизского: "В ожидании блаженства - любая мука - наслаждение..." Спустимся теперь с этих высот на некоторое время в долину, где люди "трудятся в поте лица". Если взглянуть на проблему с точки зрения медицины и психологии, то следует разобраться в одном важном вопросе. Мы уже сказали, что хотя расстройства, сопутствующие кризисам духовного развития, напоминают некоторые болезни, и иногда даже неотличимы от них, на самом деле причины их и значение совершенно различны и в определенном смысле даже противоположны. Соответственно и лечение их должно быть разным. Нервные симптомы обычных больных имеют, как правило, регрессивный характер, так как эти больные неспособны к той внутренней и внешней адаптации, которой требует нормальное развитие личности. Так, некоторым не удается освободиться от эмоциональной зависимости от родителей, и они остаются в этом состоянии детской зависимости от родителей или тех, кто их представляет, хотя бы символически. Иногда у больных не хватает собственной доброй воли справляться с трудностями обычной семейной или социальной жизни. Сами того не осознавая, они ищут в бегстве в болезнь освобождения от своих обязанностей. В других случаях причиной болезни служит эмоциональная травма, например, разочарование или потеря; будучи не в силах принять ситуацию, человек реагирует на нее болезнью. Во всех приведенных случаях речь идет о конфликте между сознательной личностью и низшими импульсами, которые, работая в сфере бессознательного, начинают частично преобладать над силами сознания. Страдания же, вызванные ходом духовного развития, наоборот, носят выраженно прогрессивный характер. Это следствие напряжения, связанного с ростом или борьбой между личностью и идущими сверху энергиями. Таким образом, эти два типа заболевания следует лечить совершенно реальными способами. При недугах первого рода врач должен помочь больному вернуться в состояние нормального человека. Для этого ему необходимо освободить пациента от вытеснений и запретов, чувства страха и зависимости, чрезмерного эгоцентризма и ложных оценок, искаженного представления о реальности. Его задача - привести человека к объективному и разумному видению нормальной жизни, к полному осознанию собственных обязанностей и прав других людей. Незрелые и конфликтующие между собой факторы должны быть развиты и приведены в согласие, таким образом реализуется успешный личностный психосинтез. Что касается второй группы недугов, то задача внутренней гармонизации - лечения - состоит в том, что новые духовные энергии были ассимилированы уже сложившейся нормальной личностью, то есть речь идет о духовном психосинтезе вокруг более высокого внутреннего центра. Очевидно, что методы лечения, подходящие для больных первой группы, непригодны и даже иногда вредны для пациента второго типа. Врач, не понимающий проблемы последних, не знающий даже о возможностях духовного развития или отрицающий его, может усилить, а не облегчить трудности. Такой врач способен обесценить или осмеять неуверенные еще духовные стремления пациента, рассматривая их как пустые фантазии или, в лучшем случае, как чистую сублимацию. С его помощью пациент придет к выводу, что лучшее для него - ужесточить личностную защиту и полностью игнорировать голос души. Но от этого его состояние только ухудшится, борьба - обострится, освобождение - замедлится. Напротив, врач, который сам идет по пути духовного развития или, по крайней мере, осознает духовную реальность, может оказать огромную помощь нашему пациенту. В то время, когда человек еще находится в стадии неудовлетворенности, беспокойства, бессознательных стремлений, утратив интерес к обыденной жизни, но не

имея представления о высшей реальности, пока он ищет облегчения вовсе не там, где оно возможно, и теряется в тупиках, в это время раскрытие истинной причины его страданий может помочь найти правильный выход в пробуждении души. И это явится сутью лечения. Человеку, находящемуся на второй стадии духовного пути, чувствующему себя счастливым в духовном свете, в атмосфере блаженных полетов в неосознаваемых высотах, очень важно раскрыть природу и цели его переживаний, предупредить об их временности, о превратностях его грядущих странствий. Тогда наш странник не будет застигнут врасплох состоянием спада, не разочаруется, не окажется во власти сопутствующих спаду сомнений и уныния. Если такое предупреждение вовремя не подоспело и человек нуждается в лечении в период депрессивной реакции, то его важно убедить в том, что это его состояние временное, и он обязательно выйдет из него. На четвертой стадии, когда человек попадает в "яму" на пути восхождения, работа помощи особенно сложна. В общем виде она разделяется на следующие задачи. Во-первых, объяснить пациенту смысл его внутреннего переживания и то, как следует вести себя в данной ситуации; во-вторых, показать, как человек может управлять глубинными влечениями, не вытесняя их в сферу бессознательного, в-третьих, помочь в преобразовании и использовании собственных психических энергий; в-четвертых, научить овладевать входящим в его сознание потоком духовных энергий и использовать его; в-пятых, осуществить руководство и сотрудничество при воссоздании личности пациента, то есть при собственном психосинтезе. В период "темной ночи души" помощь особенно затрудняется тем обстоятельством, что человек как бы находится в плотном тумане, он погружен в свои страдания, и свет духа не достигает его сознания. Единственное, что можно сделать, - это неустанно повторять, что состояние его лишь временное, а не постоянное, поскольку именно уверенность в последнем повергает пациента в глубокое отчаяние. Мы также рекомендуем настойчиво внушать ему, что эти муки, сколь бы тяжкими они ни были, обладают такой духовной ценностью, содержат в себе зародыш столь высокого счастья, что придет время, когда он будет благословлять их. Так мы поможем пациенту перенести страдание с покорностью и смирением. Следует заметить, что описанные психологические и духовные средства ни в коей мере не исключают физического лечения, лишь бы оно облегчило страдания. Особенно ценны те средства, которые поддерживают целительные силы природы: здоровое питание, упражнения по релаксации, соприкосновение с природными элементами, подходящий ритм различных видов физической и психической деятельности. В некоторых случаях лечение затруднено тем, что у пациента наблюдается смещение прогрессивных и регрессивных расстройств. Это - случаи неравномерного и дисгармоничного внутреннего развития. Такие люди одной частью своей личности могут достигать высокого духовного уровня, а другой - оставаться рабами детской зависимости или бессознательных "комплексов". Впрочем, можно сказать, что при тщательном анализе проблемы регрессивного рода обнаруживаются у большинства идущих по духовному пути и почти у всех так называемых "нормальных" людей. Тем не менее, обычно регрессивные или прогрессивные проявления заболевания решительно преобладают. Вместе с тем всегда нужно считаться с возможностью того, что в недуге соединяются симптомы обеих групп, каждое отдельное расстройство нужно исследовать и интерпретировать, чтобы понять его истинную причину и найти подходящее лечение. Из вышесказанного очевидно, что для эффективной помощи при нервных и психических расстройствах, возникающих в ходе духовного развития, нужны знания и опыт двух уровней: врача, который специализируется по нервным заболеваниям и психотерапии, и серьезного исследователя духовных путей, а еще лучше - странника на этих путях. В наше время тот или другой опыт редко объединяются в одном человеке. Но поскольку нуждающихся в таких целителях становится все больше, люди, способные к такой работе, должны готовить себя к ней. Лечение могло бы очень продвинуться и благодаря соответствующей подготовке персонала, способного осуществлять все детали лечения. Наконец, важно, чтобы публика,

общественность хотя бы в общих чертах знала об основных взаимосвязях между нервно-психическими и духовными кризисами. Тогда семья могла бы помогать больному и врачу, а не создавать дополнительные трудности своим невежеством, предрассудками и сопротивлением. Если бы нам удалось обеспечить такую подготовку врачей, персонала, общественности, то это бы устранило множество лишних страданий, и многие странники на пути духа легче достигли своей высокой цели: соединения с Божественным.