

Тино Эрнстлинг

**ЛЕЧИТЬ РАК
ПРИ ПОМОЩИ
ВНУТРЕННИХ
ОБРАЗОВ**

**Активное участие
в собственном
оздоровлении**

Тино Эрнстлинг
Лечить рак при помощи
внутренних образов.
Активное участие в
собственном оздоровлении

*Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=34581744
Лечить рак при помощи внутренних образов. Активное участие в
собственном оздоровлении: Грифон; Москва; 2018
ISBN 978-5-98862-406-6*

Аннотация

Диагноз делит жизнь на «до» и «после». С этого момента всё идет иначе. Многие поддаются страху перед неизвестным и просто ждут. А ведь так важно именно самому бороться, делать хоть что-то. Стать действующим лицом, а не пассивным наблюдателем, оцепеневшим от ужаса. Имагинативная психотерапия тела – метод, доступный каждому. Он помогает запустить в теле процесс самоизлечения, заставить болезнь отступить. В этой книге собраны истории, своего рода интервью, одиннадцати человек, которые рассказывают, как им удалось одержать победу над раком, используя данный метод. Также представлены главные характеристики данного метода,

основа которого – работа с возможностями самоисцеления, заложенными в человеческом организме. При помощи ImKP эти пациенты смогли гармонизировать свое соматическое состояние, улучшить психо-эмоциональную сферу, а также начать новую социальную жизнь. Их истории вдохновляют своей искренностью, верой в исцеление и настойчивостью в желании быть здоровыми. Сведения, приведенные в книге, могут оказать помощь людям с тяжелыми заболеваниями и их родственникам. Для получения первичной консультации и подбора специалиста международного уровня, сертифицированного по методам «Имагинативная психотерапия тела» ImKP и «Кататимно-имагинативная психотерапия» (Символ-драма) в России, обращайтесь в центр современного психоанализа PDL Moscow (Лаборатория Развития Личности): www.pdlab.ru, info@pdlab.ru

Содержание

Предисловие к изданию на русском языке	6
Предисловие	9
Интервью с доктором медицинских наук Вольфгангом Лёшем	12
Введение в имагинативную психотерапию тела (ImKP)	20
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Тино Эрнстлинг

**Лечить рак при помощи
внутренних образов.**

**Активное участие в
собственном оздоровлении**

© Param-verlag, Алерштедт (ФРГ), 2011

© Кадырова О.Т., 2018

© Родина Е.Н., Клепиков Н.Н., Обухов-Козаровицкий
Я.Л., предисловие, 2018

*** * ***

Предисловие к изданию на русском языке

Эта книга – уникальное и давно ожидаемое издание, посвященное Имагинативной психотерапии тела (ImKP), методу, созданном доктором Вольфгангом Лёшем и направленном на исцеление психосоматических и тяжелых соматических заболеваний. Данный метод возник и развивался в Германии, а впоследствии получил широкое распространение на территории стран Восточной Европы, в России, Украине, Республике Беларусь, Казахстане.

Имагинативная психотерапия тела (Imaginative Körper-Psychotherapie, ImKP) представляет собой комплексный психотерапевтический подход, сочетающий современные достижения классической психотерапии и медицины, а кроме того, является одной из официальных специализаций символдрамы (Кататимно-имагинативной психотерапии). Имагинативная психотерапия тела (ImKP) используется в качестве дополнительной терапии соматических заболеваний, в том числе, самых тяжелых: онкологии, рассеянного склероза, аритмии сердца органического происхождения, ревматоидного артрита, язвенного колита, бронхиальной астмы, синдрома хронической боли, аллергии, заболеваний кожи и др.

Данный метод ориентирован на салютогенез и может быть использован при лечении любого соматического заболевания, поскольку практически не имеет противопоказаний. Вольфганг Лёш также называл свой метод целебной коммуникацией с телом, цель которой – выздоровление пациента или, как минимум, облегчение симптомов, уменьшение страданий, укрепление и стабилизация самочувствия, достижение стойкой ремиссии.

Данный метод вобрал в себя многие постулаты и принципы других современных направлений психотерапии: Катаимно-имагинативной психотерапии по Ханскарлу Лёйнеру (H. Leuner), психоаналитического психосоматического подхода (G. Groddeck), субъективной анатомии (T. v. Uexküll), Концентративного расслабления (А. Вильда-Кизель, Б. Бёттер). Важным для ImKP является то, что психотерапия и медицинская терапия применяются параллельно и дополняют друг друга.

В практике доктора В. Лёша зафиксировано более четырехсот случаев излечения от различных форм рака, подтвержденных медицинскими обследованиями с катамнезом от 10 до 20 и более лет. Во всех этих случаях эффект был достигнут с помощью ImKP: благодаря психотерапии в сочетании с медикаментозным лечением, последовательной и ежедневной самостоятельной работе пациентов, взаимодействию с их семьей и социальным окружением.

В этой книге собраны истории пациентов, которые, бла-

годаря методу ImKP, смогли достичь существенных результатов в восстановлении собственного здоровья. При помощи ImKP этим людям удалось гармонизировать свое соматическое состояние, улучшить психоэмоциональную сферу, а иногда и начать новую социальную жизнь. Их истории поражают и вдохновляют своей искренностью, верой в исцеление и настойчивым желанием быть здоровыми.

К. психол. н. Е.Н. Родина,

к. биол. н. Н.Н. Клепиков,

к. психол. н. Я.Л. Обухов-Козаровицкий,

доценты Института психосоматики и психотерапии

(г. Потсдам, Германия), доценты МОКПО

Предисловие

Когда человек слышит диагноз «рак», мир для него переворачивается с ног на голову. Всё. Как прежде уже не будет. Онкологическое заболевание вырывает его из привычного бытия, значительно ухудшая и качество жизни, и самооценку.

Зачастую после фазы интенсивной терапии происходят определенные изменения: потеря волос, тошнота, рвота, общее ухудшение самочувствия. У многих пациентов страдания и глубокая печаль буквально написаны на лице. Это страх умереть. Притом что на сегодняшний день по очень многим онкозаболеваниям существуют хорошие шансы на излечение. Тем не менее, диагноз «рак» для большинства по-прежнему равносителен смертному приговору.

У многих пациентов сразу после постановки диагноза наблюдаются страхи и нарушения психики, депрессии, а это, в свою очередь, значительно всё усложняет, мешает приспособиться к новым обстоятельствам. Некоторые соглашаются с рекомендациями врача, начинают лечение, однако вскоре скатываются в пассивную позицию, и состояние их здоровья резко ухудшается. Иные пациенты полностью перекладывают все решения по терапии на врачей или же своих близких, совершенно игнорируя тот факт, что и они частично несут ответственность за улучшение своего состояния.

Многие полагают, что лечение – это то, что делает с ними врач. И всё. А их собственная ответственность ограничивается лишь тем, чтобы прийти в поликлинику, если появились какие-либо жалобы. А между тем, мы каждодневно оказываем влияние на состояние собственного здоровья, а значит, также в ответе за свое самочувствие. Не в последнюю очередь на здоровье влияют наше мышление, наши убеждения, жизненная позиция.

Возникает вопрос: почему одни пациенты выздоравливают, а другие – с тем же диагнозом – умирают? Карл Саймонтон и Штефани Мэттьюз Саймонтон взяли интервью у пациентов, излечившихся от рака, чтобы объяснить именно этот феномен. В итоге выяснилось следующее: у всех респондентов наблюдалась сильная воля к жизни, кроме того, они были уверены в том, что в состоянии **повлиять** на болезнь.

В этой книге собраны истории людей самого разного возраста и с самыми различными онкологическими диагнозами. Всем им помогла оказать активное сопротивление заболеванию Имагинативная психотерапия тела (ImKP). Читатель узнает, что чувствовали, о чем думали герои этих очень личных историй. Это повествование о жизни до болезни, о шоке сразу после постановки диагноза, о перенесенных курсах терапии, мужестве каждого отдельного человека, об опыте использования метода и его позитивном влиянии на течение заболевания.

Кроме портретов и историй людей, излечившихся от ра-

ка, эта книга содержит главу, в которой раскрываются основные положения Имагинативной психотерапии тела (ImKP). Ее предваряет интервью с доктором медицинских наук, медицинским советником Лёшем (почётное звание врача, состоящего на государственной службе, – прим. перев.) – основоположником Имагинативной психотерапии тела (ImKP). Доктор Лёш расскажет о возникновении данного метода психотерапии и собственном опыте лечения пациентов с карциномой.

Вольфганг Лёш – врач общей практики, специалист в области психосоматической медицины и психотерапии, а также председатель комитета психосоциальной помощи врачебной палаты Бранденбурга

Интервью с доктором медицинских наук Вольфгангом Лёшем

Вылечиться самому – реально

– Господин доктор Лёш, когда возник метод Имагинативной психотерапии тела (ImKP), и почему Вы начали работать с этим методом психотерапии?

– Мой путь к Имагинативной психотерапии тела (ImKP) начался с вопроса пациента. Это случилось в январе 1988 г. В то время я вел пациентку с интерстициальным фиброзом легких. Ситуация у нее складывалась очень плохая. Хотя она 24 часа в сутки получала кислород, воздуха ей уже очень не хватало. Когда я уезжал на конгресс, она попросила меня узнать, может быть, там найдется что-то и для нее. Я не стал особенно ее обнадеживать, однако обещал поспрашивать. Она мне сказала: «Я еще не хочу умирать». Хотя нам обоим было ясно: еще одна инфекция – и всё, конец.

На конгрессе меня ждал сюрприз: симпозиум по психосоматике, на котором я получил дополнительный импульс к работе с данной пациенткой. Коллеги, которых я очень ценю, госпожа доктор Ирене Миссельвитц из Йены и господин доктор Франк Бартушка из города Штадтрода докладывали о своей работе с тяжелобольными пациентами. Результаты, которых добились оба моих коллеги, произвели на меня глу-

бокое впечатление.

Они работали с самовосприятием и телесно-ориентированной имагинацией, опираясь на метод Карла и Стефани Саймонтонов, а я о них тогда ничего не знал. После конгресса я нанес визит моей пациентке и сообщил, что – да, возможно, существует кое-что, что сможет ей помочь. За плечами у нее уже был значительный опыт аутотренинга, она заявила, что хотела бы сразу же начать лечение.

Вместе мы стали думать, с чего начнем. Поскольку фиброз затронул пищевод, мы решили начать с этого и проверить, какая будет реакция. Начала она с аутотренинга; под моим руководством ей удалось сосредоточить тепло собственного тела на пищеводе и улучшить кровоснабжение в этой области. Всё сработало отлично. Уже в течение четырех недель у пациентки стало намного лучше с глотанием, она вновь прибавила в весе. Это был успех, тем более что речь шла не просто о восстановлении определенной функции организма, а о значительном улучшении состояния в целом.

После этого мы поняли, что готовы подойти к легким. Принцип был ясен. Пациентка начала путь от сердца, шаг за шагом продвигаясь к легким, чтобы как можно лучше обеспечить их кровью. Она имагинировала клетки, прямо-таки обгладывающие лишнюю соединительную ткань в легких. В ее представлении эти клетки выглядели как болеутоляющие таблетки мгновенного действия из телерекламы.

Сегодня я понимаю, что она активизировала фагоциты.

Ее состояние с каждым днем улучшалось. Сначала губы из синих стали розовыми, затем улучшились показатели крови. С каждым днем ей требовалось всё меньше кислорода из аппарата. Вскоре она осуществила свою давнюю мечту: отправилась на корабле в круиз по Рейну из города Шаффсхаузен до устья Рейна и из этого путешествия привезла мне книгу Карла Саймонтона «Возвращение к здоровью». Это случилось летом 1989 г.

Я прочитал книгу и понял, в чем состоит различие наших методов. В отличие от Карла Саймонтона, мы меньше имеем дело с конкретными образами, а больше ориентированы на самовосприятие. Позднее моя пациентка даже поехала в Румынию.

Она прожила после этого еще несколько лет и, что самое удивительное, умерла не от болезни легких. Это установленный факт.

Следующей моей пациенткой стала медсестра, страдавшая рассеянным склерозом. Она была знакома с прежней пациенткой с фиброзом легких. Эта история также окончилась благополучно, и я решил предложить данную терапию и другим больным.

Далее была еще одна женщина, у которой однозначно диагностировали рассеянный склероз. Совместными усилиями Имагинативной психотерапии тела (ImKP) мы добились того, что у нее прекратились обострения и наметилось значительное улучшение самочувствия. Когда она, спустя го-

ды, приехала на очередной курс лечения, ей назначили МРТ, чтобы выяснить, насколько прогрессирует заболевание. И что же? На снимках больше не наблюдалось ни одного признака рассеянного склероза.

Эти успехи воодушевили меня и подтолкнули к тому, чтобы начать лечить больных рассеянным склерозом, ревматоидным артритом, эпилепсией, нейродермитом и бронхиальной астмой. Имагинативная психотерапия тела (ImKP) становилась всё более значимой в моей практике. Однако в тот момент я даже не помышлял о ее использовании для лечения больных с онкологией. Сам бы я не стал и пытаться.

– Как Вы пришли к тому, чтобы начать применять Имагинативную психотерапию тела (ImKP) в работе с онкологическими больными?

– Я возвращаюсь в памяти к тому примечательному дню между католическим Рождеством и Новым Годом 1988 г.

В начале 1987 г. я направил моего пациента господина Эренфрида Гира после планового осмотра в рамках диспансеризации к соответствующему врачу-специалисту с подозрением на рак яичка. В этой книге есть и его история. Мое заключение оказалось правильным, и через полтора года жена привезла его ко мне в кабинет в инвалидной коляске. Господин Гир рассказал, что и как с ним происходило, и о том, что он решил «умереть, стоя». После чего спросил: «Может, есть еще что-то? Я пока не хочу умирать».

Я просто не смог сказать «нет». И поведал ему об онко-

логических больных в Америке, которые успешно работают по методу Саймонтона. А также о том, как недавно, с помощью похожего метода, я помог нескольким пациентам с аутоимунными заболеваниями, и лечение дало хорошие результаты. Гир обязательно хотел попробовать данный метод, хотя я и предупредил, что опыта в области онкологии у меня нет.

В январе 1990 г. мы начали работу, а в апреле того же года обследование на рак впервые дало отрицательный результат! Этот прогресс меня просто потряс, хотя несколько позднее у Гира обнаружили метастаз в легком, который затем диагностировал пульмонолог. Удивительно то, что Гиру удалось еще до запланированной операции, с помощью Имагинативной психотерапии тела (ImKP), самостоятельно и без следов удалить его. Я был ошарашен, после чего и начал принимать других больных с онкологией.

– *Как относятся к Вашей работе врачи-онкологи?*

– Приведу пример. Лечащий пульмонолог господина Гира был глубоко впечатлен нашей работой и связался со мной. Я пригласил его на семинар, куда он хотел прийти, чтобы воочию увидеть, как работает метод. Сначала он выглядел очень заинтересованным. Правда, ни разу так и не пришел. С тех пор, когда мы случайно встречались на симпозиумах, он явно меня избегал. И данный случай не единственный.

Зачастую мне приходилось сталкиваться с неприязнью и откровенно враждебным отношением к себе. Некоторые считали меня сумасшедшим. Однако со временем ситуация

менялась. Как-никак, если на протяжении двадцати двух лет твоя работа дает такие результаты, это что-то да значит. Поначалу коллеги из ближайшего окружения стали присылать ко мне на лечение своих заболевших раком близких, а со временем и собственных пациентов. И теперь на протяжении вот уже нескольких лет пациентов у меня даже слишком много. И никогда не бывало так, чтобы их количество уменьшалось. Я меньше рассказываю о методе, а больше занимаюсь практикой. Если в профессиональных кругах я говорю об Имагинативной психотерапии тела (ImKP), то лишь затем, чтобы убедить психотерапевтов применять данный метод.

– А как Вы сами объясняете этот феномен? Почему некоторые пациенты излечиваются, причем самостоятельно?

– Помимо пациентов, у которых болезнь протекала неожиданно легко, в моей практике было 18 человек, о которых можно с уверенностью сказать: да, это самоисцеление. Здесь играют роль несколько определяющих факторов. Важны две вещи: укреплять иммунную систему и работать непосредственно с самим органом. Если пациент внимателен к себе, знает собственные границы и потихоньку их расширяет, это уже шаг в верном направлении. Также важную роль играет способность отгородиться от внешних влияний. Кроме того, не следует недооценивать такие факторы, как внутренняя готовность к борьбе и надежда. Очень важно, чтобы

пациент осознавал, что ему необходимо быть активным, поскольку от этого в решающей степени зависит выздоровление. Если это осознавать, то страх перед ухудшением ситуации частично уйдет.

– Должен ли пациент самостоятельно оплачивать курс Имаги нативной психотерапии тела (ImKP), или это включено в программу медицинского страхования?

– Пять лет назад Имагинативная психотерапии тела (ImKP) признана особым методом, являющимся специализацией официально признанного метода Кататимно-имагинативной психотерапии. Поэтому он включен в программу медицинского страхования.

– Какой путь развития прошла Имагинативная психотерапии тела (ImKP) с момента возникновения, и где найти квалифицированного психотерапевта?

– За последние годы значительно увеличилось количество предложений групповой психотерапии, а подход к каждому пациенту стал более индивидуальным и дифференцированным. Я сопровождаю этот метод с самого его зарождения, оказывая влияние на его развитие и систематизацию. За это время я обучил многих практикующих и обучающих психотерапевтов. В Германии уже около двадцати моих коллег обладают обширным опытом работы по методу Имагинативной психотерапии тела (ImKP), а еще пятьдесят квалифицированных специалистов имеют допуск к работе с супервизией. Подобные специалисты практикуют в следующих фе-

деральных землях: Берлин, Бранденбург, Саксония, Саксония-Анхальт, Мекленбург-Передняя Померания, Северный Рейн-Вестфалия и Баден-Вюрттемберг. В последующие два года их число, надеюсь, возрастет до ста.

Введение в имагинативную психотерапию тела (ImKP)

В основе метода Имагинативной психотерапии тела (ImKP) рассматривается работа с возможностями самоисцеления, заложенными в человеке. Это сложный комбинированный метод. Обязательным условием применения метода Имагинативной психотерапии тела (ImKP) является достижение состояния релаксации. В этом помогают следующие техники: концентративное расслабление, прогрессирующее расслабление и аутотренинг. Никаких особенных интеллектуальных способностей от пациента не требуется. Высшее образование тоже необязательно. Однако школьное образование необходимо. Если человек отказывается учиться техникам релаксации, данный метод психотерапии в его случае неприемлем.

Начало психотерапии – физическое расслабление

Обязательным условием для начала работы по методу Имагинативной психотерапии тела (ImKP) является достижение определенной степени телесной и духовной релаксации. Методов релаксации сегодня существует бесчисленное количество. Для пациентов без опыта, впервые начинающих

работу по методу ImKP, рекомендуются следующие три:

1. Концентративное расслабление (КоЕ)
2. Прогрессирующее мышечное расслабление
3. Аутотренинг

Ниже приведено описание. Предупреждение: данного описания недостаточно для самостоятельного применения метода. Мы приводим лишь краткий обзор.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.