

Раиса Зотова-Масс

# ПСИХОТЕРАПИЯ ДЕСТРУКТИВНЫХ ЭМОЦИЙ



Практическое

руководство

для арт-терапевтов

психосоматологов

МЕТОД «АРТ-РЕ-ТРАНСА»



**Раиса Анатольевна Зотова-Масс**  
**Психотерапия деструктивных**  
**эмоций. Метод «Арт-ре-**  
**транса». Практическое**  
**руководство для арт-**  
**терапевтов психосоматологов**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=64112796](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=64112796)*

*Психотерапия деструктивных эмоций. Метод «арт-ре-транса».*  
*Практическое руководство для арт-терапевтов психосоматологов:*

*«Издание книг ком»; Москва; 2020*

*ISBN 978-5-907250-40-6*

### **Аннотация**

Книга содержит краткий обзор развития взглядов на взаимосвязь тела и психики в культурно-исторической перспективе. Описана роль арт-терапии в диагностике и лечении психосоматических заболеваний: рассмотрен спектр решаемых с помощью арт-терапии проблем, указаны механизмы лечебного воздействия, дано подробное описание наиболее популярных арт-терапевтических методик из области изо-терапии.

В книге представлен авторский метод Арт-ре-транса, который является эффективным инструментом в психотерапии деструктивных эмоций. С его помощью клиент осознает причины своего болезненного состояния и избавляется от застревания в негативных переживаниях, вызванных прошлым опытом. Многократное использование метода Арт-ре-транса в консультативной работе автора книги доказало: он позволяет создать мощный эмоциональный рычаг позитивного влияния на телесное состояние человека.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

# Содержание

Мои благодарности	6
Предисловие	7
Глава 1. Развитие взглядов на отношения тела и психики в культурно-исторической перспективе	12
Конец ознакомительного фрагмента.	27

**Раиса Зотова-Масс**  
**Психотерапия**  
**деструктивных эмоций.**  
**Метод «Арт-ре-транса».**  
**Практическое руководство**  
**для арт-терапевтов**  
**психосоматологов**

© Зотова-Масс Р. А., 2020

© «Издание книг ком», о-макет, 2020

\* \* \*

*Моим родителям – отцу Анатолию Ивановичу и  
маме Валентине Григорьевне – с любовью посвящаю  
эту книгу*

# Мои благодарности

Появление этой книги, как и вся моя профессиональная деятельность, было бы невозможно без поддержки моей семьи: мужа Сергея Ивановича Масловского и детей – Анатолия, Ольги и Александры.

Они всегда верили в меня, уважали мою профессию, гордились моими успехами. Их поддержка наполняла мою жизнь энергией любви, окрыляла, давала силы развиваться.

Особая благодарность моей коллеге, психологу-консультанту профессору Наталье Афанасьевне Цветковой за помощь в разработке общей концепции книги, плодотворные дискуссии и участие в творческом процессе.

Я очень благодарна моим студентам в Высшей школе психологии и бизнеса. Наши занятия подвигли меня на создание новых обучающих программ и разработку новых психотерапевтических техник. Делиться своим опытом с молодежью для меня большая радость. Я писала эту книгу, надеясь, что она станет полезной будущим профессионалам.

И, конечно, я благодарна всем моим клиентам. Их истории, повороты их судеб стимулировали мой профессиональный азарт, заряжали стремлением к победам над жизненными трудностями.

Всем вам, мои дорогие родные, коллеги, ученики и клиенты, **СЕРДЕЧНОЕ СПАСИБО!**

# Предисловие

*Кто рассчитывает обеспечить себе здоровье, пребывая в лени, тот поступает так же глупо, как и человек, думающий молчанием усовершенствовать свой голос.*

*Плутарх*

Болезнь – это язык, на котором наше тело говорит с нами. К пониманию этого важнейшего для сохранения и укрепления здоровья факта каждый человек приходит по-разному.

Чаще всего прозрение происходит, когда болезнь уже наступила, и человек оказывается перед выбором: подчиниться прихотям слабеющего тела или принять его вызов, включить свою волю, поддерживаемую стремлением к свободной, энергичной, здоровой жизни, и победить.

Одна из самых впечатляющих историй такой победы – история жизни психолога и мыслителя Ролло Мэя, автора многих психологических бестселлеров.

Возможно, он никогда и не выделился бы из огромного количества других психологов-консультантов, если бы не тяжёлая болезнь (туберкулез), которая обрушилась на него в возрасте 30 лет. В то время (конец 1930-х годов) туберкулез был трудноизлечимым заболеванием и предполагал длительное пребывание в санатории. Ролло Мэй провёл в санатории три года, из которых в течение полутора лет не знал,

суждено ли ему выжить. Это было время, наполненное страхом смерти и изматывающим неопределённостью ожиданием результатов ежемесячного рентгеновского обследования, чтобы услышать либо приговор, либо «помилование», за которым следовало продолжение тревожного ожидания.

Через полтора года тяжких страданий Мэй отчётливо осознал, что его тревога и страхи, казавшиеся такими естественными, вредят организму не меньше, чем зловредные туберкулёзные бактерии, что позиция беспомощной пассивности мешает телу включить свои ресурсы на полную мощь и тем самым способствует продолжению болезни.

Наблюдая за окружающими, Мэй видел, что больные, смирившиеся со своим положением, угасали на глазах, в то время как те, кто продолжал борьбу, как правило, выздоравливали.

И Мэй сделал самый важный в своей жизни вывод – вывод о необходимости активного духовного вмешательства в состояние своего телесного здоровья. Он понял: только став активным участником лечебного процесса, человек, поражённый физической или психической болезнью, может изменить собственную судьбу. Только анализируя самого себя и осознавая истоки своих негативных переживаний, человек получает возможность бороться с недугом.

И Ролло Мэй сумел победить болезнь! В последующие 50 лет, наполненных здоровьем, энергией и творчеством, он был одним из самых знаменитых лекторов – популяриза-

торов психологических знаний. Он опубликовал множество книг, посвящённых размышлениям о роли активности личности в процессе лечения физического недомогания. Две из них – «Значение тревоги» и «Любовь и воля» – получили широкую известность, завоевали престижные премии и оказали серьёзное влияние на внедрение психосоматического подхода в практику медицины и психотерапии.

Эта история индивидуальной победы силы духа над слабостью тела – наглядное подтверждение наличия причинно-следственной *связи* между телесным заболеванием и отношением человека к самому себе и окружающему миру. Связи, которая с давних времен осознавалась представителями разных культур и подвергалась пристальному изучению учёных – от философов и социологов до медиков и психологов.

К настоящему времени «*психосоматика*» (греч. *psyche* – душа, *soma* – тело) – изучение влияния психологических факторов на возникновение и последующую динамику соматических заболеваний – выделилась в самостоятельное направление науки и практики, развивающееся на пересечении междисциплинарного взаимодействия *медицины, физиологии, психологии, социологии*.

Как структурная составляющая психологии психосоматика исследует эмоциональные и поведенческие реакции человека, связанные с телесными заболеваниями, а также психологические механизмы, воздействующие на физиологиче-

ские функции организма человека. Как раздел психотерапии психосоматика ищет способы изменения деструктивных, губительных для общего состояния здоровья способов эмоционального реагирования человека на болезнь и коррекции его поведения, вызванного этими негативными эмоциональными реакциями.

Значение психосоматики весьма существенно ввиду того, что доля психосоматических заболеваний среди медицинских диагнозов довольно высока. Так, по данным ВОЗ, от 38 до 42 % всех пациентов, посещающих кабинеты соматических врачей, относятся к группе психосоматических больных. Причем в последние 25–30 лет отмечается резкое увеличение количества больных с психосоматической патологией. Это касается, прежде всего, заболеваний желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой системы, хронических неспецифических болезней и эндокринных расстройств<sup>1</sup>.

Таким образом, эмоции человека, изначально призванные мобилизовать его организм на защиту, под влиянием социальных и межличностных стрессов все чаще оказываются внутренними бунтарями, становясь причиной разрушительных процессов в организме.

С точки зрения практики лечения психосоматических заболеваний, наиболее актуальными являются следующие во-

---

<sup>1</sup> Подробнее об уровне распространённости психосоматических заболеваний можно прочесть в книге *Зотовой Р.А., Цветковой Н.А., Цветкова А.В.* «Социальная психосоматика: как общество управляет нашим телом». – М., 2018. – 144 стр.

просы:

– *Какие именно эмоции, чувства, переживания человека наиболее губительны для его тела, поскольку вызывают телесное неблагополучие и соматические заболевания?*

– *Как, какими способами можно наиболее эффективно воздействовать психику человека в процессе борьбы с телесным недугом, как включить его душевные ресурсы?*

Ответам на эти вопросы и посвящена данная книга.

Наша **цель** — *помочь читателям слышать и понимать язык своего тела, а в случае необходимости управлять его состоянием через управление своими эмоциями.*

Для её достижения мы решаем две **задачи**:

- *приводим подробное описание установленных к настоящему времени разными авторами взаимосвязей в диаде «тело – душа»;*

- *знакомим с авторской методикой работы с эмоциональными состояниями, позволяющей создать мощный эмоциональный рычаг позитивного душевного влияния на телесное состояние человека.*

Надеемся, что книга будет полезна как для психологов-практиков, работающих в сфере коррекции психосоматических расстройств, так и для широкого круга читателей, профессионально далёких от психотерапии, но стремящихся к осознанному стилю жизни, к грамотному уходу за своим телом и бережному отношению к своей душе.

# **Глава 1. Развитие взглядов на отношения тела и психики в культурно- исторической перспективе**

История интереса людей к взаимодействию души и тела началась на ранних ступенях развития человеческой цивилизации. По мнению некоторых ученых, уже в медицине Месопотамии (а это период с середины IV тысячелетия до н. э. до V века до н. э.) явно прослеживается психосоматический подход к лечению больных.

Затем идея целостности человека, неделимости в нем телесного и психического получила развитие как в Европе (начиная с Древней Греции и Древнего Рима), так и на Востоке (в Древнем Китае и Древней Индии).

Выводы философов и врачей тех далёких эпох содержат множество удивительных интуитивных предвидений, предвосхитивших позднейшие научные концепции. Более того, многие идеи, высказанные столетия назад, до сих пор являются питательной средой для исследователей и практиков в области психосоматики.

Именно поэтому мы приводим здесь краткий обзор развития взглядов на взаимодействие тела и психики в культур-

но-исторической перспективе.

## **1.1. Идеи философов и медиков стран Запада и Востока: от древних времён до современности**

В *Древней Греции* Гиппократ, вошедший в историю как «отец медицины», размышляя о причинах происхождения болезней, создал *гуморальную теорию*, согласно которой основу человеческого тела составляют четыре жидкости, или «сока»: кровь, чёрная желчь, жёлтая желчь и слизь (флегма). Эти «соки» служат причиной либо болезни, либо здоровья в зависимости от их соотношения, избытка или недостатка.

Врачи «круга Гиппократа» впервые описали симптомы депрессии, которую называли «меланхолией» и причиной которой считали скопление чёрной желчи. Ими были описаны характерные признаки родильного умопомешательства (или «послеродового психоза», в современной терминологии).

Кроме того, они ввели диагноз «истерия» для обозначения состояния, которое достаточно широко распространено и в наши дни и которое последователями Гиппократа считалось специфически женским (само название болезни «истерия» они дали от греч. слова *hystera* — матка), поскольку они полагали, что причиной истерии является блуждающая матка, утратившая свои связки в полости таза. Предполагая сексуальную природу истерических симптомов, врачи

того времени рекомендовали женщинам замужество и регулярные половые отношения как средство лечения приступов истерии.

Не укрылись от их внимания и другие душевные заболевания: помимо истерии, они включили в список такого рода заболеваний эпилепсию, манию (возбуждение), меланхолию и паранойю. Кроме того, ими была сделана первая попытка *охарактеризовать личностные особенности человека, связав их с телесными характеристиками*. Результатами этой попытки мы пользуемся до сих пор: определяя темперамент человека, говорим о нём – холерик, флегматик, сангвиник или меланхолик.

Тогда же, в V веке до н. э., появился первый этический кодекс, дошедший до нас как «Клятва Гиппократа» и содержащий девять этических принципов, или обязательств, врача. Это:

- обязательства перед учителями, коллегами и учениками;
- принцип непричинения вреда;
- обязательства оказания помощи больному (принцип милосердия);
- принцип заботы о пользе больного и доминанты интересов больного;
- принцип уважения к жизни и отрицательного отношения к эвтаназии;
- принцип уважения к жизни и отрицательного отношения к абортам;

- обязательство об отказе от интимных связей с пациентами;
- обязательство личного совершенствования;
- обязательство хранить врачебную тайну (принцип конфиденциальности).

Нельзя не отметить, что Гиппократ, его ученики и последователи придавали большое значение *установлению доверительных взаимоотношений между больным и врачом*, считая, что такие отношения способствуют прогрессу в лечении заболевания.

В дальнейшем о роли целебных разговоров врача и пациента писал *Платон* (IV век до н. э.). В диалоге «Хармид» он рассказывал своему учителю Сократу об одном юноше, который нуждался в лечении в связи с болезнью глаз и головными болями: «Если будет хорошо с глазами, то хорошо пойдёт и с головой, а если будет хорошо с головой, то будет хорошо и всему телу, а тело нельзя лечить без души. *Ибо от души идёт всё – как доброе, так и злое, как на тело, так и на всего человека... А душа должна лечиться особыми целебными разговорами.*» Эти целебные разговоры, подчеркивает Платон, должны быть настолько красивыми речами, чтобы благодаря им в душе больного возобладало благообразие: «Можно сказать, что молодому человеку повезло с его головной болью, так как благодаря излечению головы он сможет улучшить всю свою душевную жизнь!»

Согласно Платону, состояние тела отражает состояние ду-

ши, поскольку душа есть жизненный источник для тела.

Рассудок (рациональная часть души) расположен Богом в голове – в месте, наиболее близком к небу.

Место расположения иррациональной души – во всех других частях тела. Так, «верхние составляющие души», а именно смелость, честолюбие и энергия, располагаются в сердце человека; «нижние составляющие души» – желания, склонности и аппетит – находятся под диафрагмой.

Всё тело в целом управляется рациональной душой. А части иррациональной души внутри тела сообщаются между собой посредством внутренних органов.

Основная идея Платона заключалась в том, что в нижних частях тела психологические и физиологические процессы изначально хаотичны и неуправляемы, они получают свою организацию и управление от высших функций разума. Болезнь есть результат конфликта между дезорганизованными нижними (низменными) побуждениями и высшими организующими функциями разума.

Ученик Платона великий Аристотель в трактате «О душе» писал: «Душу от тела отделить нельзя». Душа, по его мнению, не может рассматриваться как оторванная от тела самостоятельная сущность и представляет собой активное, деятельное начало в материальном теле, не будучи сама веществом или телом.

Сформулированный им принцип холизма (от др. – греч. «холон» – «целый, цельный»), согласно которому «целое

всегда есть нечто большее, чем простая сумма его частей», в наши дни превратился в краеугольный камень холистической медицины, рассматривающей организм человека как единое целое и учитывающей взаимосвязь одних органов и систем человека с другими его органами и системами.

*Древние греки* с присущей им широтой, основательностью и проницательностью подарили будущим поколениям специалистов в области психосоматики две исключительно плодотворные концепции:

- *о необходимости лечить тело человека, одновременно заботясь о его душе:* «Как нельзя приступить к лечению глаза, не думая о голове, или лечить голову, не думая обо всем организме, так нельзя лечить тело, не леча душу»;

- *о целительной силе «особых разговоров» врача с пациентом,* благодаря которым в душе больного устанавливается главенство «верхних составляющих души»: смелости, честолюбия и энергии.

Двигаясь далее по школе времени, попадаем в *Древний Рим*. Одно из наиболее значительных для психосоматики римских открытий было сделано не врачом, а философом – Цицероном.

Соединив в себе достоинства римского прагматизма с выдающейся ясностью мысли и непревзойдённой способностью проникать в самую суть проблемы, Цицерон (I век

до н. э.) высказался по некоторым медицинским вопросам в свойственной ему безупречно отточенной манере. Несмотря на то, что (или, скорее, потому что) он не был врачом, Цицерон обратил внимание на исключительное значение психического состояния человека и задался вопросом: «Почему для лечения и ухода за телом создано целое искусство... тогда как необходимость искусства, призванного заботиться о душе, всерьёз не воспринималась. Эта проблема даже не изучалась».

Цицерон выдвинул идею о том, что *физическое здоровье может находиться под влиянием эмоциональных проявлений*. Таким образом, он по праву может быть назван первым истинным психосоматологом.

Не соглашаясь со взглядами Гиппократов, считавшего причиной меланхолии наличие чёрной желчи, Цицерон намного большее значение придавал эмоциональным психологическим причинам этой болезни. «То, что мы называем волнением, они (последователи Гиппократов) называют меланхолией, как будто причина состоит только в чёрной желчи, а не в нарушении покоя, как это часто наблюдается при сильном гневе, страхе или горе».

Цицерон определил два основных параметра, необходимых для выявления сходства и различия между болезнями телесными и психическими. «При сем разум и тело очень неодинаковы; хотя разум, так же как и тело, может быть поражён болезнью при видимости полного здоровья, бо-

лезнь тела не обязательно приводит к ошибкам в поведении, а болезнь разума – обязательно. Вследствие нарушений и изменений в мыслях происходит пренебрежение здравым смыслом, следовательно, подобные расстройства наблюдаются только у людей; звери, хотя и действуют иногда так, как будто у них есть разум, не подвержены подобным расстройствам».

Именно это соображение является основополагающим для современной психотерапии: когда человек осознает психологические первоисточники своих психических нарушений, он обретает способность изменить обстоятельства, которые привели его к болезненному состоянию.

В своей работе «Тускуланские беседы» Цицерон пишет: «Способы лечения тоски и других расстройств зависят от укоренившегося взгляда на них; мы предпочитаем их, так как они нам кажутся самыми правильными. Философия берёт на себя задачу уничтожить этот грех как корень всех наших бед».

В наше время задачу поиска корня психологических проблем взяла на себя психотерапия.

*Древние римляне*, рациональные прагматики и большие любители эмоционально сильных впечатлений (одни гладиаторские бои чего стоят!), внесли в копилку знаний, полезных современному психосоматологу, представления о необходимости поиска источника душевных проблем, чтобы, ис-

*коренив его, устранить влияние негативных эмоциональных проявлений на физическое здоровье человека.*

Говоря о временах, от нас далёких, нельзя не отметить, что взаимосвязь психологических процессов и соматических заболеваний предполагалась и в медицине стран Востока, в особенности в Древнем Китае, где периодом наивысшего развития медицины считается эпоха Империи Хань, длившаяся с 206 г. до н. э. до III века н. э.

Китайское искусство врачевания развивалось изолированно от других систем врачевания, в том числе европейской, и базировалось на традиционной китайской философии: здоровье понималось как результат равновесия начал Инь и Ян в совокупности с пятью стихиями-первоэлементами У-Шин (воды, дерева, огня, земли и металла), а возникновение болезни приписывалось нарушению их правильного взаимодействия.

При этом состояние каждого из внутренних органов увязывалось с определенной сферой жизни человека:

- дисбаланс в сфере *материального достатка* вызывает эмоциональное состояние *озабоченности*, которое негативно сказывается на здоровье поджелудочной железы, связанной с накоплением ценностей, и желудка, связанного с трапезой;
- нарушения в сфере *отношений* вызывают *печаль*; печаль по поводу утраты контакта с самим собой отражается в бо-

лезни лёгких; печаль по поводу нарушений в отношениях с окружающими отражается в болезни толстого кишечника;

- отсутствие *дисциплины* порождает эмоциональное состояние *страха* не справиться с управлением самим собой и временем; отсутствие внутренней дисциплины порождает страх, который, в свою очередь, приводит к болезни почек; отсутствие дисциплины, приводящее к авантюризму и безответственности, порождает страх, отзывающийся в теле болезнью мочевого пузыря;

- дисбаланс в *чувственной сфере*, неудовлетворённость «земными радостями» (пищей, питьем, сексом) вызывают *гнев и раздражение*, которые поражают печень; если же источником неудовлетворённости становится деятельность человека, это порождает у него ярость, и вслед за ней возникает болезнь желчного пузыря;

- баланс в *духовной жизни*, связанной с *духовным знанием и ростом*, вызывает *радость* от удовлетворённости самим собой, от принятия себя и окружающего мира и стремления к познанию; на эту энергию наиболее чутко реагирует сердце и сердечно-сосудистая система; при этом важно понимать, что под радостью в китайской философии и медицине понимается любое сильное волнение как позитивного, так и негативного характера, любое возбуждение, вплоть до переживаний, повергающих в шоковое состояние; такие всплески эмоций становятся нагрузкой на сердце и могут стать причиной сердечных заболеваний;

- баланс в удовлетворении потребности выразить свою *сексуальность*, привлечь внимание противоположного пола вызывает переживание *влюблённости*; влюблённость оказывает влияние на состояние так называемого «*тройного обогревателя*» (китайская медицина выделяла такой энергетический орган, контролирующий температуру в области черепа, груди и брюшной полости). «Горячие» мужчины и женщины (с устойчивой теплопродукцией, являющейся косвенным показателем повышенного обмена веществ и состояния гормональной системы) обладают более высокой сексуальностью, не замерзают на холоде, следовательно, у них хорошо работает «тройной обогреватель». «Холодные» женщины (с нарушенной работой «тройного обогревателя», что могло выразиться, например, в пониженной температуре ног) рассматриваются как потенциально имеющие проблемы с деторождением (молодой муж мог вернуть жену родителям после свадьбы, если обнаруживал, что у супруги постоянно холодные ноги). Любое эмоциональное состояние – считали в Древнем Китае – включает в себя обе энергии: как дающую *янскую энергию мужского начала*, энергию огня, дневного солнечного света, деятельности, позитива, так и восприимчивую, всепроникающую *иньскую энергию женского начала*, энергию воды, ночного покоя. При этом янская и иньская энергия одной и той же эмоции воздействует на тело по-разному.

Одним из достоинств древней китайской медицины стала забота о предупреждении болезней, когда *настоящий врач не тот, кто лечит заболевшего, а тот, кто предотвращает болезнь*.

В основополагающем трактате традиционной китайской медицины «Нэй цзин» говорится: «Совершенно мудрый лечит болезнь, когда она ещё не появилась. Он приводит организм в порядок не во время смуты, а когда её ещё нет. Если же принимаешь лекарства, когда болезнь возникла, если начинаешь наводить порядок во время смуты, это очень похоже на рытьё колодца во время жажды, похоже на изготовление оружия, когда битва уже началась, тогда как на этом этапе уже поздно принимать такие меры».

Традиционная медицина *Древнего Китая*, в основе которой лежит система философских взглядов, отражённая в теории У-Шин о пяти первоэлементах, формирующих Вселенную и человека, создала свой «словарь» взаимодействия души и тела, выделив влияние на здоровье таких страстей, как *озабоченность, печаль, страх, гнев, радость и влюблённость*.

Важнейшей задачей медицины в Древнем Китае считалось предупреждение болезней. Среди наиболее эффективных инструментов для её решения рассматривались *массаж, лечебная гимнастика «у чин ши» и дыхательная гим-*

*настика «ци-гун».*

Вернемся в Европу, в следующую историческую эпоху – в *Средневековье*. Здесь *тело* рассматривалось как источник греховности, противостоящий *душе* человека, поэтому изучение взаимовлияния психики и тела должного внимания не получало.

Как наиболее интересное из вышедших в это время произведений можно отметить труд византийского монаха *Филиппа Пустынника* под названием «Диоптра», или «Душезрительное зеркало» (XI век). Много позже, в XIV в., он был переведен на старославянский язык и стал одним из самых читаемых на Руси.

Основу сочинения составляет разговор Души-госпожи и служанки-Плоти. Автор взывает к душе человека: «Не спи, проснись! Смерть может настать в любой час, приготовься!»

«Во врачевании нуждаются не здоровые, а больные. Поскольку же я болен многими грехами, излей на меня многую милость».

Проснувшаяся душа начинает обвинять плоть: «Как свинья, что нечистотам радуется и скверне, и каждый день валяется в них, наслаждаясь, так и ты, презренная плоть, вечно своими плотскими страстями и уладами постыдными, и скверными деяниями оскверняешь меня каждый день, валяясь в них безбоязненно, словно свинья, и вниз меня влечёшь, и никак не позволяешь мне взглянуть ввысь, о горнем по-

мышлять и к горнему стремиться».

На это плоть отвечает душе: «Ты руководишь мною».

Тогда душа обвиняет плоть в непокорности и в конце концов осознает, что, таким образом истязая тело, она может лишиться помощника для молитв, покаяния и свершения добрых дел.

Далее автор прослеживает зависимость способностей души от развития телесных органов и завершает свою книгу идеей тесного союза души и тела, тем самым частично реабилитируя тело и возлагая основную вину за греховные деяния на душевные аффекты.

Говоря о медиках Средневековья, нельзя не отметить великого персидского учёного, философа и врача *Авиценну*. Не будучи европейцем, он, однако, оказал колоссальное влияние на развитие медицины в Европе. В начале XI века Авиценна написал одну из самых знаменитых книг в истории медицины: монументальный труд – медицинскую энциклопедию под названием «Канон врачебной науки». Переведённая на латинский язык и выдержавшая более 30 изданий, эта книга с XII по XVII век стала настоящим учебником для медиков стран Востока и Запада.

Установление взаимосвязей и взаимовлияния психического и соматического представляло для Авиценны особый интерес: в «Каноне» содержатся указания на возможность возникновения психоза при острых лихорадочных заболеваниях, на связь расстройств желудочно-кишечного тракта

с психическими переживаниями (сильным горем, гневом, огорчением и т. п.).

# 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.