

Пятница,
7 февраля 2003 г.
№ 10

Издается с
10 октября 1991 г.

Глагол

«ПОМОЧЬ УВИДЕТЬ САМОГО СЕБЯ!» –



именно так считает психотерапевт Алексей Наумов

Честно говоря, ко всякого рода психотерапевтам, гипнотизерам, специалистам по иглоукалыванию всегда испытывал равнодушно-скептическое отношение. Примерно как к «хирургам» Юго-Восточной Азии, без наркоза и каких-либо инструментов совершающим сложные «операции». И перед встречей с доктором Алексеем Наумовым в первую очередь интересовал один вопрос: раз регулярно приезжает в наш город на протяжении вот уже одиннадцати лет, значит, есть какая-то польза пациентам?

ДО ПРИЕМА

— Алексей Анисимович, убежден, что от пьянства и курения можно избавиться только в том случае, если сам решишь. И никакой самый выдающийся доктор не сможет «выключить» тягу к этому.

— А я и не возражаю, более того – абсолютно согласен. Вопрос в другом: может ли человек сделать это сам, без посторонней помощи. Если может и хочет, то давно это сделал. А если хочет, но не получается, а я могу помочь, то почему этого не сделать?

— И что, на самом деле помогаете? Кстати, почему очень многие пытаются записать себя в ученики Довженко?

— Это само по себе говорит о действенности этого метода, фамилия Довженко стала, говоря нынешним языком, «брендом». С Александром Романовичем я познакомился в 1985 году, когда заведовал отделением эндокринологии в военном госпитале в Феодосии, был уже подполковником.

Уже после смерти учителя узнал, как его методика получила признание. Поначалу ругали, считали каким-то самоучкой. До тех пор, пока в 1979 году Довженко не закодировал двоих космонавтов, отдохавших в Судаче, рядом с Феодосией. Потом пригласили в Звездный городок, там он многим помог избавиться от пьянства. Последовало приглашение помочь детям и племянникам «верхушки» страны. Дело дошло до того, что Егор Лигачев дал команду тогдашнему министру здравоохранения академику Чазову разобраться, что за метод. Создали комиссию, в нее вошла и главный психотерапевт Украины Наталья Липгарт. Закончилось тем, что метод был официально признан,

автору выдали свидетельство на изобретение, а в 1984 году открыли наркоцентр в Феодосии. Тогда и узнала вся страна этот термин – кодирование.

Ну, а те, кто у Довженко не учился, кодировать не умеют. Поэтому, когда говорят, что кодируют уколом, лазером или чем-нибудь еще, то это просто нечестно.

— В чем все же суть? Какой-то особый алгоритм?

— Вот именно. На первый взгляд, ничего особенного, раз – и закодировал. Можно взять магнитофон, записать всю речь психотерапевта, а потом просто включить воспроизведение для воздействия на человека. Самое интересное, что некоторым и впрямь поможет. Но играет роль абсолютно все. Как учитель учит детей всей своей сущностью, так и врач лечит всем, что есть у него за душой. Есть и кое-какие нюансы...

— Давайте пока отойдем от алкоголизма. Но лишний вес, ожирение?! Когда Майю Плисецкую в свое время спросили, в чем секрет ее диеты, ответ был гениально прост: «Сижу не жрамши!».

— А вы не задумывались, какая сила воли скрывается за этими словами? Разве та же Плисецкая стала бы великой, не обладай выдающимися способностями? В принципе, с рождения в нашем организме уже заложены недюжинные способности к саморегуляции. Раскрыть дополнительные резервы, усилить волю, научить людей тому, чего они не умели, помочь увидеть самих себя – вот задача психотерапевта.

— Тем не менее приходится слышать мнения, что ваши приезды в наш город напоминают «чес» эстрадных звезд по стране... Чего ради стали из Крыма регулярно приезжать на Южный Урал?

— Никакого секрета, все очень просто. Здесь у нас друзья, родственники. География наших поездок невелика – Миасс, Златоуст, Копейск. А если кто-то думает, что едем только за «длинным рублем», то пусть хоть на минуту задумается: если бы не было результатов, то стали бы приезжать снова и снова, могли бы просто людям в глаза смотреть?

Да что голословно говорить! Просто побывайте у меня на приеме.

ПРИЕМ

Понятно, грех было не воспользоваться таким приглашением. У абсолютного большинства пришедших проблемы с алкоголем. Кто-то пришел к Наумову по совету знакомых, безрезультатно испробовав самые разные методы, кто-то уже не в первый раз наносит визит доктору.

...Первой пришла вполне довольная жизнью семейная пара. Муж уже кодировался пять лет назад, с той поры – ни капли в рот. Как сам говорит, «теперь на себя работаю, а раньше – неизвестно на кого», просит продлить кодирование еще лет на пять. На вопрос доктора, зачем это надо, если и так теперь не пьет, лаконично отвечает: «Для уверенности». Жена поддерживает: «Раньше как на пороховой бочке жили, не знала, каким из командировки вернется. Теперь – другое дело».

... Кто-то просто приходит посоветоваться: «К водке и вину равнодушен, а вот как увижу, что пиво пьют, так и тянет». Наумов напоминает свои прежние советы.

Случаются и довольно забавные визиты. Как старого знакомого Наумов встречает довольно жизнерадостного парня. Уже в четвертый раз он кодируется на год, в конце каждого декабря снимает код, отмечает Новый год, а потом – снова на кодировку.

Новый год, похоже, играет злые шутки не только с мужиками. Женщина лет пятидесяти в ответ на вопросы о самочувствии смущенно улыбается: «Настроение отличное, сплю хорошо, за два месяца больше семи килограмм сбросила. Только вот в праздники наелась. Теперь – снова давление, одышка, вместо прогулки в кресло тянет, два килограмма уже успела добавить». «Ну, это как у алкоголика. Не пьет – не пьет, а если уж сорвется... Ничего, будем помогать. Тем более что есть желание самой похудеть», — успокаивает доктор.

В перерыве Наумов делится своим мнением:

— Пусть человек даже год выдержал, он все равно уже почувствовал вкус трезвой жизни. А если кто-то скажет, что гарантирует стопроцентный результат, то это вранье. Если бы был такой метод, то об остальных уже давно забыли бы.

ПОСЛЕ ПРИЕМА

Желание задавать «каверзные» вопросы почему-то пропадает, тем более что смешивать профессионалов с шарлатанами и авантюристами по меньшей мере нерезонно. Поэтому просто прошу Алексея Анисимовича рассказать о своем пути в медицине.

— В 1979 году окончил Военно-медицинскую академию, клиническую ординатуру по внутренним болезням. Склонности к психотерапии давно были – еще лейтенантом проводил лечебные сеансы с некоторыми своими пациентами по поводу нервных расстройств, и не без успеха. С группой военных советников был во Вьетнаме и Камбодже.

После знакомства с Довженко (ему, кстати, 27 апреля исполнилось бы 85 лет) получил сначала специальность психиатра-нарколога, потом — психотерапевта. Учился у упоминавшейся уже Натальи Карловны Липгарт.

— Алексей Анисимович, похоже мой скептицизм Вы сильно поколебали.

— А по сути и не было никакого расхождения во взглядах. Может, только с разных сторон смотрели на одни и те же проблемы.

— Вы и тут правы. В конце концов любая методика имеет право на жизнь если она действенна.

— И если соблюдается основополагающий принцип: «Не навреди!».

— Не пробовали подсчитать, скольких миассцев вернули к здоровой жизни?

— Как-то не задавался такой целью. Но то, что счет давно перевалил за тысячи, это точно.

В. МИХАЙЛОВ. Фото В. СУРОДИНА.