

ность от туберкулеза: с 31,7 % в 1922 г. до 15,7 % в 1931 г., инфекционных заболеваний с 34,6 до 19,5 % соответственно [5, л. 173–174]. В последующем, практически до войны, продолжительность жизни не росла, а заболеваемость и смертность детей увеличилась.

### **Выводы**

Таким образом, первые декреты советской власти провозгласили социальные права, которые создали предпосылки для осуществления задач по сохранению жизни и здоровья населения, провозглашенных правительством в числе первоочередных. При всех противоречиях своего развития деятельность здравоохранения отражала интересы большинства населения, имела поддержку в обществе, являлась аргументом заботы государства о простых людях.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Национальный архив Республики Беларусь. (НАРБ). — Ф. 46. — Оп. 2. — Д. 35.
2. Государственный архив общественных организаций Гомельской области (ГАООГО). — Ф. 69. — Оп. 1. — Д. 147.
3. НАРБ. — Ф. 12. — Оп. 1. — Д. 197.
4. *Каменштэйн, С. Д.* Развіцце саюзу медсанпрацы і яго становішча да 10-годдзя існавання БССР / С. Д. Каменштэйн // Бел. мед. думка. — 1929. — № 1.
5. Гісторыя Беларусі: у 6 т. / рэдкал.: М. Касцюк (гал. рэд.) [і інш.]. — Мінск: Экаперспектыва, 2000–2005. — Т. 5: Беларусь у 1917–1945 гг. — 613 с.

**УДК 616.89-008.454:27-46**

## **ОБ ИСПОВЕДИ ПАСТОРА-ХРИСТИАНИНА В ДЕПРЕССИИ**

*Абрамов Б. Э., Сквиря И. М.*

**Учреждение образования**

**«Гомельский государственный медицинский университет»**

**г. Гомель, Республика Беларусь**

Сотрем с лица земли

Хотя бы слезы ...

*Владимир Вишневецкий*

Церковь — это больница для

Лечения грешников, а не музей

Для коллекционирования святых

*Какой-то мудрец*

### **Введение**

Проблема депрессии — наиглавнейшая в XXI в. Чем дальше в историю, тем больше человечество страдает от нее. А поэтому и специалисты, и обычные люди крайне нуждаются в информации об этом неприятном расстройстве, а главное — о том, как с ним бороться. Одними таблетками здесь не обойтись. Любой опыт полезен. Человек, страдающий депрессией, должен и может стать активным участником борьбы с ней, только, если у него есть необходимая информация. Депрессия (Д) — это не просто сниженное настроение, а такое состояние человека, его мозга и психики, при котором само его настроение оказывается больным. В одной песне «Роллинг Стоунз» звучат слова, отражающие восприятие жизни депрессивным больным: «Я вижу красную дверь и хочу перекрасить ее в черный цвет». Человек, страдающий Д, живет в другом мире, в другом измерении, на его планете нет ни веры, ни надежды, ни любви [1].

Джейсон Макноттен — действующий пастор церквей в штатах Миссури и Луизиане, магистр богословия и доктор служения. «Я христианин, был в состоянии депрессии, ... и до сих пор иногда ощущаю ее влияние на мою жизнь», — пишет он во «Введении» своей «Исповеди...». Ему было трудно решиться на открытие своего внутреннего мира и переживаний перед всеми, но он решился преодолеть все свои опасения. «Написание этой истории оказало исцеляющее действие на мою душу», — говорит он. Его целью было желание «поделиться личным свидетельством и передать читателям свой духовный опыт».

Пастор Джейсон сравнивает жизнь с забегом на длинную дистанцию, а Д — с супер марафоном — долгим и изнурительным, с пропущенным поворотом, который превращает многообещающий забег в жалкое передвижение. Вы чувствуете, что заблудились и не знаете куда двинуться дальше. И никто не может подсказать верное направление». Д накладывает определенное клеймо на человека. Для некоторых этот факт, который портит репутацию. Существует типичное убеждение, что христиане — люди радости. Это не значит, что мы должны быть счастливы, когда что-то плохо в нашей жизни, но значит, что когда испытания проходят, мы можем встречать их с радостной улыбкой: «С великой радостью принимайте, братия мои, когда впадаете в различные искушения» (Иак. 1:2). Многие христиане воспринимают Д либо как грех, либо как недостаток веры в Бога. Но она сама по себе не является грехом и не всегда является последствием или результатом греха. В 2011 году Центр контроля заболеваний опубликовал данные, что каждый десятый в США борется с депрессивным состоянием. Д — не признак низкого духовного уровня. Ею страдали сильные и успешные люди: А. Линкольн, У. Черчилль, М. Лютер, король проповедников Ч. Сперджен, написавший десятки замечательных книг и проповедовавший перед тысячами аудиториями. Он писал: «Моя депрессия обычно предшествует большим благословениям... Депрессия для меня превратилась в пророка в грубой одежде ... Очищенная лодка сможет лучше служить интересам Господа». Д — не является признаком духовной несостоятельности. Не нужно считать себя второсортным, если оказались в состоянии Д. Это не означает, что вы находитесь на дне христианской жизни. Автор полагал, что не может быть пастором в подобном состоянии, но понял, что Бог посылал ему утешение, и также ожидает от него утешения для других подавленных христиан: «... утешающий нас во всякой скорби нашей, чтобы и мы могли утешать, находящихся во всякой скорби тем утешением, которым Бог утешает нас самих!» (2 Кор: 1–4) [2].

Все люди хотят свободы и наслаждения Божьими благами жизни. Д же загоняет тех, кто ею страдает «в тюрьму». Автор сражался с Д восемь лет. И сейчас случаются периоды уныния, но они обычно достаточно коротки. Причин для возникновения Д много. Главные — эмоциональная боль или потеря, негативное мышление, низкая самооценка и внутреннее состояние гнева. Важны генетика, питание, образ жизни, время года. В происхождении своей Д пастор Джейсон определил три основных фактора. Во-первых, женившись, купив дом недалеко от родных, закончив колледж и получив степень в сфере бизнеса, он понял, что не сможет продолжать успешно дело родителей в области полиграфии, так как почувствовал, что Бог призывает его к служению. Из-за скромности застенчивости герой истории не хотел становиться публичным человеком и оратором, но от судьбы не ушел и поступил в богословскую семинарию, где и настигла его первая волна Д, вызванная кардинальными переменами жизни. Перемены — часть жизни. Бог никогда не изменяется! И на него всегда можно положиться. Во-вторых, автор и его жена «в то время были полностью разочарованы в жизни и внутренне опустошены»: бесплодие было огромным жалом в нашей плоти». Через девять лет они начали заниматься вопросом усыновления и через два года приняли в семью первую дочь. Прошло еще семь лет и в их доме появилась еще одна прекрасная девочка. Божьи благословения превосходят все наши ожидания! Бог никогда не изменяется! В-третьих, источником разочарования явилось и осознание того, что пасторское служение — это совсем не просто, а также потеря отца. Д. Макноттен по-научному выделяет пять стадий горя: «отказ поверить, гнев, попытка успокоить себя, депрессия, принятие всего как есть». Д причиняла нестерпимую боль. Он грамотно пишет, что о клинической депрессии можно говорить, если у человека отмечается пять или более из ниже перечисленных симптомов в течение как минимум двух недель:

- наличие депрессивного настроения практически в течение всего дня, почти каждый день;
- потеря интереса к удовольствию жизни и большинству видов деятельности вообще;
- значительная потеря либо наоборот увеличение веса;
- постоянное желание спать или наоборот бессонница;
- замедленные реакции мышления и движения, заметные даже со стороны;

- чувство усталости и отсутствие энергии практически каждый день;
- чувство неполноценности или необоснованной вины;
- потеря концентрации мышления, неспособность принимать серьезные решения;
- назойливые мысли о смерти и самоубийстве.

Обязательно наличие первых двух признаков [2].

Автор четко указывает: «... если вы видите, что страдаете от депрессии, лучше всего вовремя обратиться к врачу». Он пишет: «несмотря на все недостатки, со временем Д стала удобной для меня ... и в какой-то момент я просто забыл, что значит быть счастливым человеком». Он приводит примеры депрессии в Библии, страницы, пронизанные скорбью и слезами, рекомендует читать и исследовать Божьи Великие обетования, использовать Священное писание для борьбы с негативными мыслями, читать псалмы и брать за основу своих молитв, непрерывно питаться словом Божиим. Дает одиннадцать советов, как пережить депрессию: признать ее, обратиться за помощью, рассказать другим о своей проблеме, рассказать Богу о ней, заняться самообразованием, вести дневник, заниматься физическими упражнениями, стараться иметь позитивное мышление; исследовать свое сердце, чтобы справиться со стрессом, отыскать причину и удалить корень гнева; оплакать свою значимую потерю, чтобы освободиться от скорби; осознать свою истинную ценность (а ценность человека основана на том, что он во Христе!); и перестать себя жалеть [2].

Испытания и трудности плотно переплелись с благословениями. Д может превратиться в благословение. Пастор Джеймсон приводит десять благословений своей депрессии: «Я научился»: лучше заботиться о себе, выражать свои чувства, оплакивать свои потери, совладать с гневом, находить радость в жизни, сочувствовать другим, замечать хорошее в жизни, переносить трудности; понял, что сам по себе я слаб и нуждаюсь в Боге, и что Божья благодать достаточна для меня. Автор пишет и о том как жить с человеком, находящимся в Д, приводит правила поведения, если вы живете с подавленным человеком под одной крышей [2].

### **Заключение**

История депрессии пастора Д. Макноттена — яркий пример, который может пригодиться всем. Подводя итоги ее анализа, хочется отметить несколько моментов, чрезвычайно значимых для пациентов и о которых обязательно должны знать родственники и врачи. По имеющимся анамнестическим сведениям основным этиологическим фактором депрессивного расстройства в данном случае являются пролонгированные психические травмы при отсутствии указаний на эндогенные и органические причины. Следовательно, на основании критериев МКБ-10, можно поставить рабочий диагноз: «Расстройство адаптации. Пролонгированная депрессивная реакция» (шифр F 43.21). Это психогенное расстройство, основным методом его лечения является психотерапия, включающая логотерапию, библиотерапию и другие лично- и духовноориентированные практики на фоне длительной фармакотерапии антидепрессантами, что и было проведено в рассматриваемом случае. Только при этом очень важно помнить, что если расстройство адаптации длится до полугода, — это невроз, а если оно длится более полугода, то это уже другой человек. А при психотравмирующих переживаниях, длящиеся более двух лет, наступают стойкие изменения личности с нарушением качества жизни и адаптации в социуме. Поэтому очень важно как можно раньше выявить депрессивное расстройство, выяснить его причины и провести эффективное комплексное лечение.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Курпатов, А. В. От депрессии к радости / А. В. Курпатов. — 4-е издание. — М.: ЗАО «ОЛМА МедиаГрупп», 2007. — 224 с.
2. Макноттен, Д. Исповедь христианина в депрессии / Д. Макноттен. — Минск, 2017. — 119 с.
3. Купер, Д. Карманное руководство к МКБ-10: Классификация психических и поведенческих расстройств (с глоссарием и исследовательскими диагностическими критериями) / Сост. Дж. Э. Купер; Под ред. Дж. Э. Купера; пер. с англ. Д. Полтавца. — Киев: Сфера, 2000. — 464 с.