

Ольга МИНКИНА

Музыка как терапия

**Санкт-Петербург
2009**

ББК 84. Р7
М 619

Минкина О.П.

М 619 Музыка как терапия. – СПб.: «Реноме», 2009. – с.

ISBN

ББК 84.Р7
М 619

© Минкина О.П.
© Реноме

Предисловие

Петербургский читатель, взяв в руки эту книгу и прочитав аннотацию, удивится. «Эка, куда ее занесло», – с сомнением покачает он головой. – «С концертной эстрады да в лазарет!»

Я и сама не перестаю этому удивляться. Моя карьера складывалась вдалеке от медицины: концертные залы Петербурга и Москвы, гастролы за рубежом, лекции по истории музыки в европейских университетах, педагогическая деятельность в ведущих музыкальных учреждениях Петербурга – Консерватории, специальной музыкальной школе при Консерватории и Хоровом училище имени Глинки, работа на телевидении и в петербургской прессе... Успех, сопутствовавший мне на всех направлениях, и огромная востребованность, казалось бы, исключали неожиданные виражи на моем пути. Но жизнь решила иначе.

Люди вокруг меня болели. Старились и хворали родители, пережившие войну и Блокаду. Болели и уходили из жизни их знакомые и родственники знакомых. Что самое удивительное, болели – и даже умирали! – мои сверстники. Все это глубоко печалило меня; пожалуй, даже больше, чем это может и должно печалить ребенка.

Чем я могла им помочь?.. Ничем. Болезнь и смерть являются необъемлемыми составляющими Бытия. Умом я понимала это, но сердцем понять не хотела. Поэтому при виде немощного старика или больного ребенка мое сердце всякий раз сжималось от жалости.

Однажды несчастье случилось с моей мамой. Тяжелейший инсульт сразил ее на улице, и она оказалась в дежурной клинике. Это была так называемая Палевская больница, находившаяся неподалеку от станции метро «Елизаровская». Она была буквально забита пациентами. Люди лежали в коридорах, вдоль стен и в проходах. Среди них, на голом матрасе я нашла свою мать. Она была без сознания, и дежурный врач предупредил меня, чтобы я готовилась к худшему.

Однако мама не умерла, и на следующий день по моему настоянию ее перевели в палату. Это была палата для пациентов с нарушением мозгового кровообращения. Правда, там находились и женщины с другими диагнозами. Почти все они были уже очень старыми. Особенно запомнились мне две старушки – восьмидесятилетняя Лизавета с лейкозом и семидесятипятилетняя баба Маня с раком матки. Лизавета почти не приходила в сознание, но, несмотря на это, хорошо кушала и исправно ходила под себя. У бабы Мани ввиду ее заболевания не прекращались зловонные выделения, и бедная женщина, чтобы не утонуть в них, постоянно прокладывала между ног тряпки. Тряпки быстро промокали, и баба Маня сушила их на спинке кровати, после чего подкладывала снова.

Маму положили у окна. Окно было разбито, и оттуда нестерпимо дуло (дело было зимой). Кровать у противоположной стены была пуста. Потом я поняла, что ее держали пустой специально для умирающих. Как только пациент в другой палате собирался отдать Богу душу, дежурные сестрички тотчас хватали его, кидали на носилки и волокли в нашу палату, где и сваливали на пустую кровать. Первый раз я не сразу поняла, что происходит. Четыре медсестры с трудом, как-то неловко и наискось, торопливо внесли на носилках тяжелую, грузную женщину. Тело ее колыхалось, как мешок с грязным бельем, съезжая то к одному, то к другому краю носилок. В спешке они натолкнулись на железную спинку кровати, и тогда из несчастной, как из прорвавшейся трубы, хлынула на пол моча. Когда ее сбросили на койку, я подошла к ней и тут обнаружила, что она не дышит. В ужасе бросилась я к дежурной сестре, но по тому, как она как-то по-особенному кротко потупилась, я поняла, что так было задумано. Потом мне объяснили, что это было нужно для статистики.

Покойниц долго не убирали, и, чтобы это хоть когда-то произошло, мне не раз приходилось вместе со старшей сестрой укладывать труп на матрац и относить его в морг. Потом мне предлагали поменять белье на опустевшей в очередной раз постели и, если я захочу, прилечь отдохнуть. На матрасе под простыней густым слоем сидели тараканы. Они даже не пугались меня и не разбегались. Чего им было пугаться? Людей в этом заведении было все-таки меньше, чем тараканов.

Живых пациентов загоразживали досками – чтобы они не вздумали падать со своих кроватей. Поскольку санитарки не слишком спешили поменять простыни своим подопечным, доски были густо измазаны экскрементами. В палате стоял невыносимый дух. Чтобы можно было дышать, я слегка приоткрывала дверь в коридор, но дежурная сестричка тотчас подходила и снова плотно затворяла ее.

Первые дня я уходила ночевать домой. Но однажды, вернувшись к утреннему обходу, я обнаружила рядом с маминой кроватью какую-то женщину в халате и шлепанцах. Она сказала мне буквально следующее: «Твоя мать вторую ночь орет и не дает нам спать. Сегодня я подошла к ней и пригрозила: «Если ты сейчас же не заткнешься, я возьму твои сраные портки и заткну тебе ими глотку». Если ты хочешь, чтобы она осталась жива – хотя все врачи говорят, что это маловероятно – прими меры, чтобы она вела себя тихо. Мы тоже люди и хотим спать».

Я почувствовала, что меня сейчас тоже разобьет паралич. Видимо, прочитав это в моих глазах, тетка продолжала: «Ну, что уставилась? Ты здесь недавно, а я уже второй месяц. Видела – сегодня в коридоре двум больным капельницы ставили? А через два часа ширмами загородили. Объяснить, что это значит? Я знаю, потому что я сама медсестра. Если к тяжелому больному редко приходят родственники, то ему ставят капельницу, а потом незаметно вынимают трубку из физраствора, и – фьють! – считай часы. Пузырек воздуха попадает в вену и вызывает газовую эмболию. А вскрытие ничего не покажет! Так что, ты лучше от твоей матери не отходи».

Так я и не поняла до сих пор, пугала она меня, или этот кошмар был правдой, но от мамы я действительно больше не отходила ни на шаг. Я притащила раскладушку и поставила ее между мамой и кроватью, предназначенной для покойниц. Тут я спала ночью. Дыру в окне я заткнула, а на подоконнике оборудовала походную кухню: электрочайник и плитку, на которой готовила для мамы еду. Сама я ела больничную пищу, полагающуюся маме. Сестры вскоре привыкли ко мне, выдали ведро и резиновые перчатки, и я принялась обслуживать парализованных пациенток. Я мыла бабу Лизу, стирала бабы Манины тряпки, и в палате можно стало дышать. Я корми-

ла и поила лежачий народ, научилась делать уколы, массаж и лечебную гимнастику. Когда бабульки из нашей палаты были приведены в порядок, я принялась за тех, кто лежал в коридоре. Вечерами я отскабливала фекалии с досок и, чтобы не захлебнуться слезами, пела песни Шуберта по-немецки. И вот тут-то бабушки, которые месяцами не приходили в себя, стали открывать глаза.

Поначалу они просто с изумлением смотрели на белый свет, словно только что родились. Потом стали обращаться ко мне с просьбами – попить, вынести судно, поправить подушку. Спустя еще некоторое время, они начали пускаться в рассуждения о бренности Бытия. А потом вдруг запели. Баба Лиза захрипела басом какие-то скабрзные частушки из больничного фольклора («Из больницы я сбежала, бедная, обижена, во фланелевом халате, и п... обстрижена!»), а баба Маня неожиданно стала подпевать мне Шуберта. Оказалось, что когда-то – будто в другой жизни! – она окончила музыкальную школу. И в коридоре тоже теперь почти каждый считал своим долгом исполнить мне свою каватину или арию. Складывалось такое впечатление, что все лежат и только о том и думают, что бы им спеть. Страшная юдоль скорби, именуемая Палевской больницей, перестала напоминать фильм ужасов, а вместо этого стала походить на Дом Жизнерадостных Инвалидов. И тараканы, и засаленные матрацы, и рваные простыни, и грязь, и вонь, и болезнь во множестве ее воплощений – все это обнаружило свой временный, проходящий характер, в то время как красота и гармония были вечны и непобедимы.

Через месяц я забрала маму домой. Она все еще была в тяжелом состоянии, но врачи уже не сомневались, что она выживет. Когда мы уезжали, терапевтическое отделение плакало в голос. После этого почти целый год я просыпалась по ночам и с трудом подавляла в себе желание бежать в Палевскую больницу, чтобы работать там сиделкой.

Маму свою я почти совсем вылечила. Она прожила после того инсульта восемь лет. Я заставляла ее играть на рояле, и многие двигательные функции, которые, казалось, были полностью утрачены, восстановились. Я по-прежнему часто пела и играла для нее, и

благодаря этому она не потеряла интереса к жизни. Случилось чудо, которое без музыки было бы невозможным.

Это событие изменило всю мою жизнь. Страх перед болезнью не прошел, но желание победить ее оказалось сильнее страха. И я боролась с ней всеми силами – повсюду, где она являлась на моем пути и разрывала мне сердце, взывая о сострадании. Для этого я использовала доступные мне средства: слово и музыку.

Больных словно магнитом притягивало ко мне. Однажды на вокзале в Мюнхене произошел удивительный случай. Мы с дочками Гулей и Люсей сидели в поезде и ждали отправления. Вдруг в дальнем конце вокзала я увидела слепого молодого человека. Он быстро шел по перрону, подняв лицо вверх, как это делают все слепые, и энергично постукивал тросточкой по краю платформы.

– Вот, смотрите, – сказала я детям. – Сейчас этот молодой человек пройдет через весь вокзал, сядет в наш вагон и займет место рядом со мной.

Так оно и вышло. Слепой неожиданно исчез из поля моего зрения, а потом вдруг возник рядом с нашим вагоном, и я увидела, как проводник помогает ему подняться по ступенькам. Несмотря на то, что мы сидели в задней части вагона, и почти все места в проходе были свободны, он прошел мимо них, предварительно простучав тростью, остановился рядом со мной и спросил:

– Ist hier eine Platz frei?

– Frei, – ответила я.*

Дети вытаращили глаза от удивления и надули щеки, чтобы не рассмеяться.

Слепой постучал палочкой по багажной полке и заворчал, что все места заняты нашими сумками.

– Ну, мы же не знали, что вы придете, – мягко, но строго, будто ребенку, возразила я ему по-немецки, а затем освободила место и пристроила на полку его рюкзачок.

Он сел рядом со мной, достал из кармана бутерброд и начал есть. Ел он беспомощно и неудобно, как все слепые – обкрошился, пере-

* – Здесь свободно?

– Свободно.

пачкался, и выглядел недовольным. Гулькины глаза наполнились слезами. Я с трудом подавила в себе желание помочь ему – покормить, утереть рот салфеткой и приласкать. Я не могла позволить себе этого, потому что по опыту знала – стоит мне обнаружить свое сострадание, и он уже никогда не оторвется от меня. Но самое ужасное произошло потом. Пришел проводник, стал проверять билеты и обнаружил, что бедняга сел не на тот поезд. Ему пришлось сойти на ближайшей станции и вернуться в Мюнхен...

Этот эпизод имел место сравнительно недавно. Но уже много раньше я стала замечать проявление странной закономерности: если я была рядом с больным человеком – болезнь затаивалась и отступала, но как только я уходила – она набрасывалась на несчастную жертву с удвоенной силой. Все неприятности с моими родственниками приключались только тогда, когда я была на гастролях. А поскольку на гастролях я бывала довольно часто, я, естественно, забеспокоилась.

Однажды я набралась храбрости и пошла к известному экстрасенсу-физику, некоему М., который прославился тем, что обследовал поле человека вязальной спицей. М. флегматично нацелил на меня свою спицу, обошел со всех сторон и вяло констатировал: «М-м-м... Да, поле большое, можете лечить».

Я напросилась к нему зрителем: пока он работал с пациентами, я тихо сидела в углу и следила за его действиями. Он равнодушно крутил в руках свою спицу, произносил невнятный диагноз, потом делал пассы руками, «заряжая» трехлитровые банки с водой. В конце сеанса он всегда ходил мыть руки. Воспользовавшись этим, я приступала к пациентам с расспросами – что болит, помогает ли им общение с М., и т.д. Молодые пациентки с восторгом отзывались о докторе и его методах, пациенты постарше смущались и отвечали уклончиво.

Как-то раз больных не было, и мы разговорились с самим М. И тут он вдруг произнес нечто удивительное. «Все это махание руками – сплошное шарлатанство, – сказал он скептически. – Чем можно помочь человеку? Только состраданием и любовью. Раньше я их испытывал, а теперь старый стал, слабый и злой. Вот и начал руками махать».

«О, – подумала я – Это похоже на правду. Уж чего-чего, а этого у меня более чем достаточно».

Дома мы с тетей долго хохотали над откровениями совестливого экстрасенса.

Несколько слов о моей тете Руфине Федоровне Некрасовой. Я буду часто вспоминать ее. Это была удивительная женщина. Гениальный физик и математик, она вместе с тем была врачом по призванию. Несмотря на наличие высшего медицинского образования, она никогда не работала в медицине, потому что слишком остро чувствовала боль своего ближнего. Она лечила нас – своих домашних, а также многочисленных родственников и знакомых. Ее самой сильной чертой была диагностика. Эту способность безошибочно угадывать характер болезни и находить правильный путь к лечению она унаследовала от моей бабушки, Людмилы Васильевны Некрасовой – выдающегося акушера-гинеколога, сподвижницы гениального доктора Д. Отта. К тому же, тетя обладала уникальными экстрасенсорными данными, которые она никогда не афишировала. К примеру, она с легкостью телепатировала. Я не раз захлебывалась от восторга, становясь свидетельницей этой ее способности. Признаюсь, я даже иногда эксплуатировала ее (разумеется, в достаточно невинных формах). Многое из того, чему она меня учила, я навсегда запомнила как абсолютные и непреложные истины. Именно она внушила мне недоверие к эзотерикам, астрологам и псевдоцелителям, которые в конце восьмидесятых – начале девяностых годов прошлого столетия плодились, как поганки после дождя. «Запомни: все на свете имеет объяснение, – говорила она. – Большинство паранормальных явлений имеют физическую природу. Просто человек сегодня пока еще не в состоянии дать им грамотную оценку. А вместе с тем, то, что еще вчера казалось невероятным – сегодня стало повседневностью. Какое-нибудь серебряное блюдечко и наливное яблочко обернулось телевизором, а ковер-самолет превратился в самолет настоящий. Те знания, за которые в средние века сжигали на костре, сегодня доступны любому школьнику. Поэтому не верь врунам и кликушам, а больше читай, думай и накапливай опыт».

И вот, наконец, обстоятельства снова привели меня в медицину. Директор некоего Реабилитационного центра, мой давний знакомый, – назовем его доктором Х. – предложил мне организовать в его Центре музыкально-терапевтическое отделение. Большую часть пациентов Центра составляли дети, страдающие ДЦП (детским церебральным параличом) – болезнью, как он объяснил, неизлечимой и потому лежащей вне сферы интересов большинства практикующих врачей. Я охотно согласилась. Как только я приступила к работе, сходные предложения посыпались на меня со всех сторон. Я стала консультировать врачей и пациентов в ряде других клиник города и за его пределами. Работа увлекла меня; я отдалась ей всей душой, искренне желая помочь страждущим. Она заставила меня о многом задуматься. Вопросы, которые издавна мучили меня, всплыли на поверхность, и я задалась целью ответить на них. Начиная с первого дня работы, я усердно вела дневник, и эти записи стали впоследствии материалом для настоящей книги, которую я и предлагаю читателю.

Содержание

| | |
|---|-----|
| Предисловие | 3 |
| Вступление | 11 |
| Глава первая | 20 |
| 1. Начало | 20 |
| 2. Дневник музыкального терапевта | 26 |
| 1. Дети | 26 |
| 3. Первые трудности | 32 |
| Глава вторая | 39 |
| 1. Способы музыкально- терапевтического воздействия | 39 |
| 2. Улла П. | 52 |
| 3. Результаты | 54 |
| 4. Заметки музыкального терапевта | 59 |
| 5. Дневник музыкального терапевта | 61 |
| Глава третья | 75 |
| Музыка в аспекте физики и медицины | 75 |
| Заключение | 124 |

МИНКИНА
Ольга Павловна

Музыка как терапия

Художественный редактор – *Ясыченко М.Б.*
Редактор – *Щепотьев С.И.*
Технический редактор – *Швец М.Ю.*
Тел. ред. (812) 773 92 83 E-mail: schvec@mail.ru

Подписано в печать 25.05.09. Формат 60x90 1/16
Печать офсетная. Усл.- печ. л. 42,125
Тираж 500 экз. Заказ №

Отпечатано с готовых диапозитивов в типографии
издательско-полиграфической фирмы «Реноме»
197002, Санкт-Петербург, наб. Обводного кан., д. 40
Тел./факс (812) 766 05 66
E-mail: renome@comlink.spb.ru
www.renomespb.ru