

Пастырская помощь душевнобольным.

Игумен Евмений

Содержание:

Предисловие.

Пастырское душепопечение и современная психотерапия: пути интеграции.

Допустимо ли использование в пастырской деятельности “мирского знания”? Границы нормы и патологии в аскетике и психологической науке. Психобольная в медицинском и пастырском аспектах. Задачи пастыря и задачи психотерапевта. Существуют ли “критерии нормальности”? Нежелание признать себя душевнобольным.

Необходимые психологические и психотерапевтические знания.

Индивидуальность подхода. Темперамент. Характерологические особенности. Экстраверсия — интроверсия.

Формы и методы пастырской работы с людьми.

Группа циклоидов. Группа астеников. Малодушные. Психастеники. Группа шизоидов. Мечтатели. Группа параноиков. Фанатики. Группа эпилептоидов. Группа истероидов. Группа неустойчивых психопатов. Группа социальных психопатов. Личейно-мыслящие.

Психобольная и одержимость (беснования).

Шизофрения.

Острый синдром. Хронический синдром. Параноидная шизофрения. Кататоническая шизофрения. Гебефреническая шизофрения. Три фазы формирования бредовой структуры. Шизофреническая “пустота.” Наследственность и семейный фактор при шизофренических расстройствах. Три этапа в развитии шизофренического процесса. Накопление неудовлетворенных импульсов любви и ненависти как фактор формирования шизофрении. Еще раз о семейном факторе... Шизофрения — власть демона. Деятельная любовь как основа пастырской помощи шизофреникам. Самоубийство — логическое завершение демонической власти над человеком. Об энергетическом обеспечении шизофрении. Ошибки и опасности при пастырской работе с шизофреником.

Пастырская поддержка родственников душевнобольных.

Что делать при остром приступе душевной болезни. О поведении родственников при затяжных душевных болезнях.

Жизненный Сценарий.

Движение к людям. Движение против людей. Движение от людей.

Перенос.

Психологическая Защита.

Приемлемые психотерапевтические подходы и методы.

Ожидание встречи. Начало общения. Понимание — основа доверия. Коммуникабельность. Ведение. Недирективность духовного руководства. Обращение по имени — шаг к взаимопониманию. Язык разума и язык сердца. Преодоление пастырем сопротивления греховного разума в пасомом. Приятное воспоминание. Использование законов лингвистики. 13. Значение диалога. 14. Разрушение привычных стереотипов. Ограничение выбора. Педагогическая снисходительность. Усиление впечатления. Рассказывание метафорических историй. Использование языка образов. Косвенное обращение-сообщение. Фиксирование внимания посредством прикосновения. Фиксации положительных состояний. Мобилизация душевных сил. Исцеление испытанием. Задания с явной и неявной целью Разрушение эмоциональной связи с грехом. Язык телодвижений и жестов.

Душевное потребительство.

Поводы для обращения к психотерапевту.

Профессиональный психотерапевт и шарлатан.

Христианская психология и святоотеческая психотерапия.

Заключение.

Использованная Литература:

Справочники и литература по психиатрии, психологии, психотерапии. Отечественные авторы и издания. Справочники и литература по психиатрии, психологии, психотерапии. Зарубежные авторы и издания.

Книга “Пастырская помощь душевнобольным” чрезвычайно актуальна и важна в наше время, поскольку затрагивает многие болезненные вопросы духовной жизни современного верующего человека. Эту книгу можно рекомендовать для внимательного и вдумчиво-покаянного чтения как психологам и пастырям, ежедневно сталкивающимся с описанными в ней психологическими типами людей и отклонениями в психике современных неопитов (прежде всего, женского пола), так и пасомым, которым книга должна помочь разобраться в собственной душе, поведении по отношению к духовнику, чтобы, выявив и проанализировав свои ошибки, постараться их исправить.

Предлагаемый материал представляет собой выжимку из работ известных врачей, психологов, философов, священников. Автор совмещает пастырский и психиатрический взгляды на природу душевных болезней человека, причины которых могут быть сокрыты как в духовной сфере (демоническое воздействие на душу), так и в области патологии психики. Интересен один из выводов, сделанных автором относительно того, что психическая патология — это запущенная форма страстей.

В книге указаны поводы, по которым духовник может рекомендовать пасомым обратиться к медицинской помощи.

“К достоинствам работы можно отнести и то, что после подробного описания каждого типа душевно-духовных болезней пастырю предлагаются рекомендации, как вести себя в каждом конкретном случае, учитывая то или иное отклонение в психике пасомого.

Книга должна способствовать излечению многих душевных и духовных недугов, имеющих патологическую и духовную природу, и привести к оздоровлению психологической атмосферы приходской жизни.” *Протоиерей Артемий Владимиров.*

“Священник должен быть не только чист, но и весьма благоразумен и опытен во многом, знать все житейское не менее обращающихся в мире и быть свободным от всего более монахов, живущих в горах... должен быть многосторонним; говорю — многосторонним, но не лукавым, не льстецом, не лицемером, но исполненным великой свободы и смелости.” *Святитель Иоанн Златоуст*

“Истинного пастыря укажет любовь; ибо из любви предал Себя на распятие Великий Пастырь.” *Преподобный Иоанн Лествичник*

Предисловие.

Предлагаемая работа составлена по материалам разных источников и написана из опыта пастырской работы с психологическими проблемами прихожан и других людей, приходящих за душевной поддержкой и духовной помощью. Записанные мысли, наблюдения, выводы представляют различные варианты решений некоторых пастырских и общехристианских вопросов современного душепопечения. Надеюсь, что она поможет как священникам, так и православным врачам-психотерапевтам найти точки соприкосновения, соединительные мостики между православно-аскетическим и психотерапевтическим подходами в помощи нуждающимся в этом людям.

Сложно предугадать все возможные возражения и замечания в адрес как общего подхода к проблеме пастырской психотерапии, так и отдельных суждений, высказанных в книге. Однако о наиболее типичных, имевших место при обсуждении материала в процессе его подготовки к изданию, следует упомянуть.

В предлагаемой работе анализ душевных болезней, особенностей греховных проявлений характера и других психологических проблем проводится интегрированно. В процессе многолетней работы с людьми, имеющими эти проблемы, у автора книги возникло убеждение относительно необходимости не смешивать психические проблемы с религиозными, т.е. душевные патологии с духовными вопросами, при этом не отрицая их тесной взаимосвязи. Смещение этих проблем, или же полная подмена одного другим, делают невозможным их правильное и исчерпывающее решение.

Не стоит убеждать читателя, обратившего внимание на заголовок моей книги и решившегося приобрести ее, в том, что без душевной гармонии и цельности нельзя построить полноценную духовную жизнь. Душевное здоровье, в общеупотребительном значении этого слова, — фундамент внутреннего христианского роста. Основная концепция книги строится на утверждении необходимости для современного пастыря, в особенности несущего послушание духовного окормления людей, иметь начальное знакомство и уметь использовать в своей работе знания из области психологии, психотерапии, психопатологии. Совокупность знаний из этих областей являются частью семинарской дисциплины, именуемой Пастырским Богословием (См. Настольная книга священнослужителя, т. 8, изд. Московской Патриархии, стр. 304-329).

Развитие и все большее усложнение современной жизни требует расширения и обогащения имеющихся в этой области знаний новыми данными, подобно тому, как требуют постоянного подновления такие богословские дисциплины как литургика (в связи с необходимостью составления служб новопрославленным святым, новых богослужебных

последований, к примеру, возникший недавно “Чин освящение колесницы” — автомобиля), сектоведение (в связи с возникновением новых сект и ересей), агиография (в связи с необходимостью богословского осмысления жизнеописаний новых угодников Божиих) и др.

В процессе подготовки материала к изданию, со стороны некоторых православных пастырей неоднократно приходилось слышать мнение, что психологический подход “недуховен” и для Православия неприемлем. В этом утверждении есть доля правды, ибо “психологический” буквально означает “душевный.” Христианство раскрывает человеку мир духовный и те законы взаимодействия с миром душевным, от исполнения которых зависит возможность обретения полноценной жизни во Христе. Изучением душевного мира человека, поиском средств и механизмов в душевном для обретения духовного занимается аскетика — святоотеческое учение о борьбе со страстями и сохранении себя в добродетелях. Эта область, по определению святителя Феофана, является внутренней областью человеческой души. Изучение внешней области души человека занимается психология, в которой можно выделить два направления: святоотеческое и светское.

Схимонах Илларион в своей книге “На горах Кавказа,” посвященной Иисусовой молитве, говорит об одном из основных положений православной аскетики: “Как известно, нет ничего столь полезного для человека, как познать самого себя. Познавший себя, познал Бога.”

И далее, отвечая на вопрос ученика, он говорит о значении и месте психологической науки в деле духовного становления человека:

“Хотя это и подлежит ученым людям, и они действительно изложили подробное исследование о душе человеческой в особой науке, названной ими “Психология,” то есть слово о душе; с греческого “психе” означает “душа,” а “логос” — слово. Полное познание о душе, ее свойствах и качествах, облегчает производство и содействует достижению умно-сердечной Иисусовой молитвы, которая, по учению святых Отец, есть источник всех благ духовных... Можно сказать, что хорошо всякому знать душу просто и для личного интереса.”

“Познавая свою высокую природу, мы научаемся уважать себя, возвышаться над всем чувственным, устремлять свой дух горе, болезновать о своем несовершенстве, нечистоте, деятельно очищать в себе образ Божий, помраченный страстями, и таким образом обретать в себе Бога” (Схимонах Илларион. “На горах Кавказа,” М., 1909 г., стр. 205-206).

Психология как наука занята изучением психического, т.е. душевного мира человека, изучением различных механизмов взаимодействия тех или иных душевных проявлений. Прослеженные сегодня в психологии законы греховных проявлений человеческой природы подтверждают языком современной науки то, что было сказано святыми Отцами из глубокого и многолетнего опыта самопознания.

Психологическими знаниями можно воспользоваться и в пастырском делании, но непременно преломив их через призму православной антропологии, т.е. учитывая реальность существования духовного уровня, находящегося в тесном взаимодействии с душевным, но вне досягаемости светской психологии и психотерапии.

К сожалению, многие психиатры, воспитанные в отечественных институтах клинической психиатрии в те времена, когда духовный уровень как реальность, изначально присущая человеческой природе, отрицался, до сих пор считают ненаучным не только рели-

гиозную потребность человека, его жажду веры Бога и осознания единства с Ним, но и большинство из фундаментальных открытий современной психологической науки. Нетрудно предположить, что таковые могут посчитать предлагаемый материал “не выдерживающими научной критики.” Возможно, такое положение вещей возникло как следствие того, что советская психиатрия никогда не понимала человека, и, прежде всего потому, что не имела и не имеет ввиду его духовное начало. Лишив человека души, она продолжала называться “психо...” Область психологии, а с ней и психиатрии в нашей стране долгое время была в плену изучения процессов мышления, рефлексов и инстинктов, а не души.

Гораздо сложнее говорить о поднимаемых в книге вопросах с некоторыми православными психиатрами, которые после своего обращения в Православие, с неопитской пылкостью вовсе отвергли свой профессиональный опыт, сведя свои консультации к обвинению больного в “забытых грехах” и направлению его на исповедь или “отчитку.” К сожалению, именно к таким горе-неопитам современные пастыри, будучи уверенными в их “церковности,” направляют на лечение тех своих духовных чад, с проблемами которых не могут справиться.

Поскольку работа предназначена в основном для священников и воцерковленных людей, знакомых с основами христианской антропологии, в ней предлагается взгляд на проблему с менее знакомой им психотерапевтической точки зрения. Предполагается, что рассмотрение различных состояний человека не просто в качестве столь привычных для верующего человека понятий “страсть,” - “грех,” но и в плане психической патологии, может подтолкнуть человека к более активной борьбе за свое душевное (в самом широком смысле) здоровье.

В конце работы приводится список использованной мною литературы, работая с которой, вдумчивый священник может расширить границы своих знаний в вышеперечисленных областях, учитывая необходимость соотнесения прочитанного с основными положениями святоотеческой антропологии.

Пастырское душепопечение и современная психотерапия: пути интеграции.

Основная проблема пастырства — борьба за душу человека, а основная борьба на этом направлении, по словам старца Силуана, — это “борьба за смирение.”

По мнению множества древних и современных духовников, большинство психических заболеваний, в особенности невротического плана, происходят от неумения управлять своими желаниями и страстями. Современная психотерапия на основе научных исследований подтверждает эти слова, сказанные из глубокого опыта знания человеческой души.

Действительно, современный мир переполнен людьми с теми или иными отклонениями психического здоровья.

Традиционно роль целителей болезней человеческой души Православие отводило старцам, духовникам. А лучшими местами для самопознания и проработки внутренних затруднений, мешающих полноценной духовной и душевной жизни, издавна считались монастыри.

“Наука из наук — монашество доставляет (выразимся языком ученых мира сего) самые подробные, основательные, глубокие и высокие познания в экспериментальной Психологии и Богословии, то есть деятельное, живое познание человека и Бога, насколько это познание доступно человеку,” — пишет Святитель Игнатий Брянчанинов (Святитель Игнатий Брянчанинов. Том первый. Аскетические опыты., стр. 480).

Монастыри были на Руси также и первыми обителями врачевания, вплоть до XVIII века.

“Пришедшие из Греции первые иноки принесли с собой не только врачебные знания, но и представление о врачевании как о подвижническом долге монахов. Раненые, больные различными недугами со всей Руси приходили в монастыри, и многие получали там исцеление. Для тяжело больных при монастырях были специальные помещения — больницы, где монахи ухаживали за больными.

И хотя отношения между светской и монастырской медицинами были неоднозначны, все же это была единая система медицинских знаний и медицинской помощи, которая, “несмотря на отдельные случаи антагонизма, была объединена единой христианской религией, единым идеалом — служением ближнему” (Б. Ковалевская. Психология и отношение к больному человеку, Московский Психотерапевтический Журнал, № 4, 1997 г., стр. 46-47).

Несмотря на то, что первоначально господствовало религиозно-мистическое понимание всех психопатологических проявлений, психические болезни рассматривались как результат воздействия дьявола на душу человека или результат первородного греха; уже в те далекие времена наблюдается дифференцированный подход опытных духовников к психическим больным.

“Их пастырский опыт позволял разграничивать патологические состояния людей, возникшие под воздействием демонских искушений, и переживания, явившиеся результатом природных болезненных процессов в психофизическом организме человека. Так, преподобный Иоанн Лествичник (VII) описывает признаки, по которым советует отличать “духовное прельщение” от душевных расстройств, развившихся “от естества.” Основатель русского монашества преподобный Антоний Печерский (+1073) три года ухаживал за монахом, больным кататонией (психомоторным заторможением), рассматривая его состояние как болезнь, хотя и считал, что она возникла в результате прелести и воздействия злого духа” (Настольная книга священнослужителя. Изд. Московской Патриархии, 1998, стр. 307).

Старчество обладало богатым потенциалом знаний не только о спасении души, но и о ее лечении. Старцы интуитивно, при содействии благодати Божией, прозревали человеческую душу и благодатным воздействием своего слова исцеляли, восстанавливали ее в душевно цельное состояние. Вот где берет начало **логотерапия**, — лечение словом, произнесенным с любовью, пониманием, состраданием!

Издавна к старцам приходили люди самых разных сословий за советом, помощью, утешением. Об этой стороне христианской антропологии пишет один из любимейших христианских писателей — Святитель Феофан Затворник, переводчик “Добротолубия,” автор многих писем о христианской жизни, исполненных практических советов и особой отеческой задушевности, опирающийся в своем нравственном Богословии на христи-

анскую психологию (П. А. Смирнов. Жизнь и учение преосвященного Феофана Вышенского затворника, стр. 191).

Не отрицая медицину и не препятствуя ее развитию, Церковь, со своей стороны, воспитывала христианское отношение к болезни, которое наделяло людей силами для перенесения страданий.

Однако, исходя из Евангельского принципа, она предлагала искать прежде всего Царства Небесного, а все остальное, по слову Спасителя мира, прилагалось само собой. Любой человек мог обратиться к Таинствам Исповеди, Причастия и Соборования, каждый мог прибегнуть к молитвам и молебнам о здравии как своим собственным, так и любого другого человека. В исключительных случаях, когда в ходе болезни явным образом проявлялось влияние сил демонических, использовались так называемые заклинательные молитвы.

Особое отношение проявлялось к людям, которые страдали душевными болезнями. В монастырях оказывалась действенная, практическая помощь тем, кого сейчас именуют душевнобольными. Зная о прямой зависимости душевного и телесного здоровья человека от нравственных принципов устройства душевной жизни, основанных на Евангельских заповедях, старцы и духовники могли оказать действенную психотерапевтическую помощь приходящим к ним за советом и благословением людям, которых в современной медицинской терминологии принято называть “невротиками,” “социопатами,” “акцентуированными личностями” и т.д. Совершенно естественно, что душевным попечением занимались те, кто главной своей заботой считали здоровье души и располагали уникальными знаниями о самой душе, о том, как посредством грехов и страстных проявлений, она лишается психического равновесия и даже физического здоровья, о том, как этим грехам противостоят.

Замечательная традиция подлинного духовно-душевного врачевания проявлялась как священническая и монашеская помощь нуждающимся, страдающим, больным людям, или просто тем, кто не справился, психически надломился в борьбе с непростыми жизненными обстоятельствами.

В начале нашего века традиция старческого и пастырского душепопечения была жестоко оборвана. Сегодня, несмотря на возрождение монастырей, открытие новых храмов, православные христиане испытывают острую потребность в опытном духовничестве и душевном врачевании. Опытном, в смысле видения человеческой души на самой ее глубине, с благоговейным, трепетным, нешаблонным и не-директивным отношением к ее индивидуальности и неповторимости.

*** **

Каждый воцерковляющийся человек со временем подходит к такому пределу, такой черте, переступив которую понимает, что его душа серьезно больна. Высвечивается эта болезненность благодаря действию страшных сопротивлений, встречающихся в греховной природе человека на его пути ко Христу. Эта болезнь — болезнь собственно греховной природы каждого человека, естественна для всех.

Но, кроме этого проявления болезненности, в Церковь приходит множество людей, душевное состояние которых можно охарактеризовать как душевную болезнь и с медицинской точки зрения.

“В наше время, — считает протоиерей Владимир Воробьев, — очень много душевнобольных людей. И в особенности их много в Церкви” (Прот. Владимир Воробьев. “Покаяние, исповедь, духовное руководство,” “Свет Православия,” 1997 г).

В сознании многих из них, именно Церковь должна стать чем-то вроде постоянно действующего реабилитационного общественного института для душевнобольных людей. Люди ожидают от служителей Церкви психотерапевтической помощи, обращаются к священникам с вопросами, которые находятся в компетенции психиатра или психотерапевта. Главный врач одного из самых больших психодиспансеров Ивановской области в беседе с одним священником воскликнул: “Слава Богу, что открылось так много храмов, а то бы мы захлебнулись в потоке больных!”

В виду дороговизны лечения психических болезней и неврозов, в виду того, что в нашей стране не так уж много квалифицированных психотерапевтов, и среди них довольно небольшой процент составляют верующие врачи, перед современным пастырем стоит сегодня сложнейшая задача “быть не только пастырем, но и психиатром тоже” (Там же).

Безусловно, душевными болезнями должны заниматься профессионалы. Однако оказание начальной психотерапевтической помощи возможно и непосредственно священником, владеющим навыками и знаниями как из области святоотеческого душепопечения, так и из этой области. Тем более это важно, если больной закрыт для неверующего врача, не доверяет ему, считая, что “неверующий не может иметь правильных представлений о том, что происходит в моей православной душе.”

В старческом окормлении присутствовал элемент благодатного, сверхъестественного воздействия и понимания человеческих проблем с духовной, т.е. наивысшей точки зрения. Большинство же современных священников благодатным ведением и видением человека, увы, не обладают. Пастырю имеющему здоровое, а значит смиренное воззрение на себя, не помешал бы определенный уровень профессиональных знаний.

“Допустимо ли, — пишет архимандрит Киприан (Керн), — с точки зрения Православия говорить о психиатрии? Можно ли совместить этот предмет с основными принципами нашей, унаследованной от святоотеческого и церковного предания, этики и аскетики? Психиатрия ни в коем случае не претендует на те области, которые подведомственны аскетике. Эта последняя занята борьбой со страстями и грехом, тогда как пастырская психиатрия стремится проникнуть в те сферы душевной жизни, которые никак не могут быть квалифицированы как грех и зло. Аскетика дает мудрые, от отцов и учителей Церкви унаследованные, советы излечения грехов и пороков относительно гордости, уныния, сребролюбия, тщеславия, чревоугодия, блуда и т.п. Психиатрия ищет более специфические причины тех духовных состояний человека, которые коренятся в сокровенных тайниках души, в подсознании, в унаследованных или благоприобретенных противоречиях человеческого существа.

С точки зрения Православия и церковного предания, нет основания видеть какие-либо препятствия для применения психиатрических или психоаналитических данных в деятельности пастыря.¹ Психиатрия несколько принципиально не проти-

¹ В моей работе еще не раз будут упомянуты термины “психоаналитический,” “психоанализ.” В психологической науке он употребляется исключительно для обозначения конкретного психотерапевтического метода, основание которому положил Зигмунд Фрейд. В пастырской психологии и психотерапии уместно более широкое понимание: анализ психического состояния человека.

воречит пастырству, не должна ему мешать или каким бы то ни было образом умалять значение пастырского душепопечения. В пастырствовании могут и должны быть применимы все средства, чтобы помочь душам в их затруднениях на пути спасения. Пастырской психиатрии, как уже сказано, не должно быть присвоено значение, равное аскетике, так как их области, хотя и являются смежными, но одна другую не исключают, потому что психиатрия не вмешивается в область, подведомственную чистому богословию. Она ищет в тех сферах, где аскетика не имеет прямого применения. Психиатрия в руках пастыря является вспомогательным средством для обнаружения не греха, а патологических явлений, связанных с заболеваниями психиатрическими, т.е. душевными, а не духовными” (Архимандрит Киприан (Керн) “Православное пастырское служение”).

Допустимо ли использование в пастырской деятельности “мирского знания”?

Православный человек в недоуменных случаях обращается к святоотеческому опыту. Святые Отцы не отвергали опыт ученых мужей мира сего, но умело применяли познанные из различных источников знания в пастырской деятельности. Например, Святители Василий Великий и Григорий Богослов умело использовали философские достижения античной культуры в своих трудах. Святитель Иоанн Златоуст применял ораторские принципы, почерпнутые в лучших светских школах Византии, в своих бессмертных проповедях. Авва Дорофей, бесценными Поучениями которого вполне можно руководствоваться как учебником по православной психологии,

“подобно мудрой пчеле, облетая цветы, собирал полезное из сочинений светских философов, и предлагал это в своих сочинениях для общего назидания. Может быть, в этом случае преподобный следовал примеру св. Василия Великого, наставления которого он изучал и старался исполнять на самом деле. Из поучений преподобного Дорофея и его вопросам святым старцам ясно видно, что он хорошо знал произведения языческих писателей, но несравненно более писания св. отцов и учителей Церкви: Василия Великого, Григория Богослова, Иоанна Златоустого, Климента Александрийского и многих знаменитых подвижников первых веков христианства, а сожителство с великими старцами и труды подвижничества обогатили его опытным знанием, о чем свидетельствуют его поучения” (Душеполезные поучения Аввы Дорофея... стр. 6).

Об избирательности использования знаний из светских источников, ссылаясь на святых отцов, упоминает епископ Варнава (Беляев).

“Не на всем по порядку надобно останавливаться умом, — говорит Свят. Василий Великий, — ибо пчелы не на все цветы равно садятся, и с тех, на какие садут, не все стараются унести, но, взяв, что пригодно на их дело, прочее оставляют нетронутым. И мы, если целомудренны, собрав из сих произведений, что нам свойственно и сродно истинно, остальное будем проходить мимо... Поэтому в самом начале нужно рассмотреть каждую из наук и приспособить ее к цели.”

Для самого ученейшего из ученых, Василия Великого, как рассказывает о нем его ближайший друг Свят. Григорий Богослов, “науки словесные были

посторонним делом, и он заимствовал из них то одно, что могло споспешествовать нашему любомудрию.”

Изучал и медицину, тем более, говорит Свят. Григорий Богослов, что изучение этой науки “сделали для него необходимым и собственные телесные недуги, и хождение за больными.” Но опять-таки и здесь сумел извлечь то, что относилось и к “любомудрию.” “Каждую науку изучил он до такого совершенства, как бы не учился ничему другому. Так изучил он все, как другой не изучает одного предмета.”

Свят. Василий Великий писал в зрелом возрасте, уже будучи епископом, своему бывшему учителю, профессору Ливанию, что он бросил уже занятия изящной классической литературой и сменил их на более достойные. “Я теперь,—пишет Василий,— беседую с Моисеем, с Илиєю и с подобными им блаженными мужами, которые пересказывают мне свои мысли на грубом языке: и что у них занял, то и говорю. Все это верно по мыслям, но не обделано по слогу, как видно и из сего письма. Ибо если я и выучился чему у вас, то забылось это со временем.” Таким образом, занятия Священным Писанием были для Василия Великого и для бесчисленного сонма всех иных подвижников славнейшим делом, пред которым ничто вся наука” (Епископ Варнава (Беляев). Основы искусства святости. Т. 1, отд. I, гл. 2, § 2).

Слова святителя Феофана Затворника могут разрешить сомнения людей, имеющих светское образования, изучающих светские науки, и, возможно, на каком-то этапе смутившихся их “ненужностью” или “неполезностью” в деле спасения:

“Как должен держать себя христианин в отношении к внешней мудрости, или к научному образованию? Из предметов сей мудрости избирай нужнейшее по твоему состоянию, то особенно, к чему чувствуешь себя привязанным, равно как и то, в чем преимущественно належит нужда братьям твоим, христианам. А в образе исследования старайся начала каждой изучаемой тобой науки осветить светом небесной мудрости, или даже внести их туда из сей области. Других же начал, неприятных ей, не только не должно принимать, но надо гнать их и преследовать. Вообще несколько не противно расширять круг своих познаний о вещах по наблюдениям и соображениям ума. Должно только чтобы это делалось, когда уже имеется мудрость истинная. Ибо сия, как вечная, небесная и Божественная, должна быть начальственнойю, а та, как годная только на время, должна быть подчиненною. По сей же причине никогда, ни словом, ни мыслию не должно придавать последней некоторого безусловного значения, не ставить ее вверху, и не позволять гордиться ни ей, ни самому ради нее” (Святитель Феофан Затворник. Начертание христианского нравоучения, стр. 475. Жирным шрифтом обозначены слова, выделенные в тексте Свт. Феофаном).

Автору книги нередко приходилось беседовать со священниками, обладающими определенными психологическими способностями, которые иногда проявлялись как дар, иногда — как итог многолетнего пастырского опыта. Однако слова “психология,” “психотерапия” вызывали у них негативное отношение. Исходя из высказанных выше святоотеческих положений, для подобного предубеждения нет никаких оснований. Священник не только может, но и должен воспользоваться в своей пастырской работе психологическими и психотерапевтическими знаниями, если ранее примененные подходы не дали действенного ре-

зультата. В психологии и психотерапии мы можем найти множество прослеженных медиками человеческих проблем и затруднений, варианты их разрешения, экологичность и приемлемость которых должна быть несомненно соотнесена с вечным предназначением человека, раскрываемым в учении Евангелия и святых Отцов.

Сегодня, как нам думается, возникла не только возможность, но и необходимость в объединении усилий и знаний священника, с одной стороны, и врача-психиатра — с другой, в объединении святоотеческого понимания человека и болезней его души с психиатрическим знанием симптоматики, возможностей психотерапии и психофармакологии, знаниями экзистенциального анализа, гештальт-терапии, Роджерсианского подхода, метода Милтона Эриксона, НЛП, семейного консультирования, групповой терапии и других психотерапевтических подходов.

Основание для возникновения и развития Пастырской Психологии как научно-богословского направления положил Святитель Феофан Затворник, которого по праву можно считать Небесным Покровителем этой дисциплины. В предисловии к своей книге “Начертание христианского нравоучения” он пишет:

“Самым пригодным пособием для начертания нравоучения христианского могла бы служить христианская Психология. За неимением ее приходилось довольствоваться своими о душевных явлениях понятиями, при указаниях отцев-подвижников” (Святитель Феофан Затворник. Начертание христианского нравоучения, стр. 7).

В этой работе собрано все, что оказалось полезным по исследуемому вопросу из светских источников, в сопоставлении со святоотеческим учением о человеке, с учетом реальной нужды современного церковного общества в решении целого ряда психологических проблем.

Хочется надеяться, что предлагаемые начальные психотерапевтические знания и навыки окажутся вполне полезны тем, что помогут подвести заблудившегося в лабиринтах душевной болезни (о значении этого термина — ниже) человека к своему цельному “Я,” укрепить в начале узкого пути восхождения к Богу.

Границы нормы и патологии в аскетике и психологической науке.

В православной аскетике понимание душевной болезни значительно шире, чем в классических направлениях психологии. Говоря о “душевной болезни,” аскетика имеет в виду не только ярко выраженные психопатологии, акцентуации характера, пограничные состояния, разные формы психопатий и неврозов, но и **безнравственные состояния ума и сердца человека, волевою неспособностью стояния в добре.** Церковь в своих молитвословиях довольно часто обращается ко Христу, Богородице, святым с просьбой об исцелении от “душевных немощей,” “болезней души” и т.п., подразумевая весь вышеперечисленный спектр отклонений, уводящих нас от полноты душевного и духовного здоровья, обретаемого в серьезной работе над собой. Исцелением же в православном понимании является восстановление целостности трех разобщенных частей человеческого существа: духа, души и тела.

В большинстве случаев в душевной болезни имеют место как интеллектуальные, моральные, соматические факторы, так и внешние демонические силы, имеющие доступ к человеку посредством эмоциональной и страстной природы человека. Пастырю необходимо, хотя бы приблизительно, выявить соотношение первого и второго, чтобы

определить меру церковно-благодатного и психотерапевтического воздействия при попечении о душевнобольном человеке.

До наступления этапа серьезного **духовного** становления личности желательно обратить внимание на состояние ее **душевного** здоровья. Жизнь духовная вряд ли может быть выстроена на хрупком основании душевной болезни. И здесь очень важно, по мнению митрополита Антония Сурожского, различение духовного и душевного в человеке.

“Когда речь идет о духовности и о душевности, эти области часто путают. Если спрашиваешь людей об их духовной жизни, очень часто в ответ они описывают свое душевное состояние, как будто духовная жизнь может быть выражена физическими и психологическими проявлениями. Однако, если обратиться к Священному Писанию, мы увидим, что с самого начала истории человечества совершенно ясно определены две области: дух и плоть. А между ними находится область человеческой душевности, человеческая душа, очень напоминающая сумерки между тьмой и светом.

Эта область человеческой личности наиболее трудна для понимания и выражения в терминах духовной жизни. Словами определить границы душевной, духовной и телесной области очень трудно: у нас есть вполне определенный опыт того, что происходит в нашем теле, в нашем уме, сознании, в наших эмоциях, но только немногим ведома область духа. Вы, наверное, помните место послания Апостола Павла, где он говорит, что духовный знает все, судит обо всем, а о нем судить никто не может. У нас бывают мгновения непосредственного духовного опыта, но большей частью этот опыт подобен молнии среди ночной тьмы. Свое тело и душу мы рассматриваем как нечто естественное и привычное. Но все, что происходит в области духа, там, где человек встречается не только с Богом, но и с сатаной, отражается на нашем телесном и душевном составе.

Аскетическая традиция считает область телесности гораздо более надежным путем к пониманию того, что происходит в духовной области, чем душевность. Духовный опыт достигает нашего тела и, подобно тому, как Божество Христа ****исполняет** тело Его воплощения, так благодать Божия преображает наше тело. Этим объясняется, почему в житиях святых описываются подвиги — ради стремления довести до нашего сознания, настолько глубоко человек был укоренен в Боге, насколько глубоко жил благодатью Божией. Мы видим невообразимое воздержание святых, их невероятные бдения; они принуждали свое тело к тому, что совершенно недостижимо для нас. Эти описания не имеют целью поразить нас физическими достижениями святых; это просто способ косвенно указать, что святые настолько полно жили в Боге, что не нуждались почти ни в чем земном.

Аскетическая традиция предостерегает нас от опасности, заключенной в душевности. Душевность — область воображения, фантазии, ложных толкований; именно она нуждается, чтобы ее очистил, просветил Бог, заполнил Собою. Наше дело — открыть Ему доступ путем собственной трезвости, путем неустанной борьбы с воображением. И, тем не менее, мы должны жить с той душой, той душевностью, какая у нас есть, мы не можем познать ни Бога, ни благодать, ни многие взаимоотношения иначе, как на этом уровне” (Московский Психотерапевтический Журнал, № 4 за 1997 г., стр. 28-29).

Православные психологи М.Медведев и Т.Калашникова также считают, что

“духовная реальность, ее природа и ценности не могут быть просто спроецированы в психологическую плоскость. Ошибка психологизма заключается в подмене этих понятий и отражает тенденцию к обесцениванию высшей правды.

Духовное проявляется в душевной жизни голосом совести. Совесть — универсальная форма нравственного сознания, это реальность, закон, с которым каждый встречается внутри себя. По свидетельству святых отцов, — это средство для безошибочного выбора добра, защита, не допускающая человека погрузиться в бездну греха” (Православная Церковь свидетельствует. Исцеления истинные и ложные..., Пермь, 1998 г).

К сожалению, в современном мире “духовность” — одно из наиболее размытых понятий. Каждый вкладывает в него то, что считает таковым в силу своего воспитания, образования, или семейных традиций. И поэтому весьма радует, что среди психологов в значительной мере наметилась тенденция к традиционному пониманию этого термина.

“Христианская Церковь говорит нам, что духовность человека **подлинна**, если человек правильно понял самого себя, свое предназначение в мире, — пишет психолог Е. Н. Проценко. — Вопрос в том, когда возможно такое **правильное** понимание? Ответ, заключающийся в святоотеческой литературе, таков: **лишь тогда, когда человек пытается осмыслить себя в общении с другими людьми, с окружающим миром, а также с Тем, Кто находится за пределами этого мира — с Богом**. Христианство показало, сколь беспредельна готовность Бога помогать людям в этом. Ведь дух человека, основа его ориентации в мире, согласно христианскому миропониманию, питается духом Истины и Любви, Святым Духом — Духом Самого Бога.

Церковь учит, что в неосознанном виде стремление “впитывать” этот Дух, “стяжать Его дары” заложено в каждом человеке. Такое стремление — это искра Божия, которая способна воспламенить своего носителя, сделав его светочем для других. Но эта искра может и пригаснуть, покрывшись непроницаемым слоем холодного пепла, ибо человек от рождения несет в себе и противоположную возможность: бежать от Бога, преступать Его волю. Церковь связывает это стремление с первородным грехом. А поэтому, будет ли скрытый в человеке Божественный огонь поддерживаться и раздуваться, во многом зависит от сознательного выбора того, кто несет в себе этот огонь. Выбор между двумя противоположными стремлениями не прост более всего потому, что его трудно осознать — ведь для этого надо осознать свою **духовную неполноту** (“нищету духа”), увидеть себя таким, каков я есть, надо разглядеть и почувствовать толщину этого пепельного слоя, скрывающего Божественную искру.

Таким образом духовность — **это наполненность Духом Божиим**, единение с Ним, стремление к тому, чтобы, распознавая в себе жажду Духа, утолять эту жажду именно с помощью Духа, а не с помощью иных наполнителей” (Начала христианской психологии, М., 1995, стр. 206).

Психическая болезнь в медицинском и пастырском аспектах.

В Священном Писании Ветхого Завета существует заповедь относительно необходимости обращения к врачу:

“Почитай врача честью по надобности в нем, ибо Господь создал его, и от Вышнего врачевание... Господь создал... врачевства, и благоразумный человек не будет пренебрегать ими. Сын мой! В болезни твоей не будь небрежен, но молись Господу и Он исцелит тебя. Оставь греховную жизнь, и исправь руки твои, и от всякого греха очисти сердце... И дай место врачу, ибо и его создал Господь, и да не удаляется он от тебя, ибо он нужен... Кто согрешает пред Сотворившим его, да впадет в руки врача!” (Сирах 38:1-15).

Эти слова с уверенностью можно отнести и к врачу-психотерапевту, ибо врачевание словом относится к древнейшим областям медицины: **“нож,” “травы,” “слово,”** соответственно: хирургия, фитотерапия, логотерапия.

Итак, рассмотрим особенности нарушений психической жизни человека в медицинском и пастырском аспектах.

“Психическую болезнь надо учитывать как **трудность противоречивого характера**, как душевную немощь и “слабое место” человека, само по себе вполне простительное и требующее лишь осторожности, помощи и снисхождения, — пишет врач-психиатр, кандидат медицинских наук А. Д. Василевская. — Психическую болезнь надо не только учитывать, но еще и лечить, для чего бывает нужен врач-специалист, к которому, особенно если пастырь лично знает его духовно-душевные качества, не зазорно вовремя отправить (конечно, в форме рекомендации) своего подопечного. Установить и выявить жесткое различие между беснованием или какой-либо иной духовной болезнью и психопатологией очень трудно, но всегда существует это различие.”

Существует область, как указывает архимандрит Киприан (Керн),

“более интимная и более тщательно скрываемаемая кающимся, чем грех. Есть нечто такое в душе человеческой, что не является грехом, и что сам кающийся не подозревает, что скрыто от взоров совести и, даже больше того, самой совести не подведомственно. (Подробнее об этом в главе “Психологические защиты”). Существуют некие тайники души, в которых сам грешник не разбирается и о которых, может быть, и не догадывается. Существуют такие состояния души, которые требуют совсем иной оценки, которые не могут быть определяемы категориями нравственного богословия и которые не входят в понятие добра и зла, добродетели и греха. Это все — те “глубины души,” которые принадлежат к области психопатологической, а не аскетической.”

И далее он пишет:

“Если мы согласились с тем, что пастырская психиатрия не должна вмешиваться в область аскетики, то не следует ли вообще исключить всякое право вмешательства медицинской науки при наличии тех или иных сложных душевных явлений? Другими словами, не должен ли пастырь считать, что этих сложных явлений с точки зрения Церкви вообще и не существует? Не является какое бы то ни было сложное душевное явление, те “загадки души” или “глубины души” просто-напросто состо-

янием греховным? Не следует ли вообще, что творится в душе человеческой, отнести к области аскетики? Не являются ли все упомянутые неврастения, фобии, маниакальные состояния и пр. только грехом?

Ум, стремящийся все упростить и исключить все проблемы, конечно, так и поступает. Ответ в таком случае напрашивается сам собою: все это только грех, святые отцы-аскеты никаких психоанализов не знали, лечили не какие-то “глубины души,” а самый грех; боролись со злом, а не с “загадками души.”

При такой постановке вопроса самое слово “психиатрия,” а тем более “пастырская психиатрия” является посягательством на завещанное отцами-аскетами православное понимание греха и борьбы с ним. Вопрос сводится в таком случае к одной только упрощенной этической оценке вместо того, что человек таит в себе.

В самом деле, не проще ли это рассматривать как одно только последствие первородного греха, как признак нашей общей греховности и склонности ко греху?

Безусловно, душевные аномалии (фобии, мании, неврастения, истерии и под.) восходят к одной общей причине — к первородному греху. Но спросим себя, ограничивается ли дело одними только душевными аномалиями и болезнями? Все эти патологические случаи суть факты, а не одна только игра болезненного воображения и так называемой мнительности. Можно ли в таком случае, с точки зрения православной аскетики и верности церковному преданию, лечить эти болезни? Допускает ли тогда православная аскетика медицину? Не есть ли вся лекарская премудрость от лукавого?

Ответ напрашивается сам собою. Вряд ли кому из людей здравомыслящих придет в голову запретить с точки зрения православности пользоваться советами врачей. Пусть первородный грех повлек за собою смертность, т.е. болезненность, следует ли из этого, что мать должна равнодушно давать своему ребенку страдать и, может быть, умереть от коклюша или дифтерии? Обязана ли жена или сестра милосердия оставлять сыпнотифозного или раненого человека стать жертвою эпидемии или заражения крови? Можно идти дальше и создавать себе “проблемы совести” из необходимости вырвать зуб или удалить воспаленный отросток слепой кишки.

Если “болезни вообще” могут, должны быть лечимы, и в этом нет греха, то болезни особые, недуги душевные не должны были бы быть исключением из этого правила. В противном случае Православие должно противиться всякой психиатрии, а не только пастырской, а церковная власть должна стремиться к закрытию больниц для душевнобольных.”

О важности совмещения в проблеме человека подходов религиозного и психотерапевтического свидетельствует не только архимандрит Киприан, но и классики различных психотерапевтических школ. Австрийский психоаналитик Виктор Франкл считает:

“Медицинское служение не претендует на то, чтобы быть замещением того лечения душ, которое практикуется священником. Каково же соотношение между психотерапией и религией? На мой взгляд, ответ очень простой: цель психотерапии — лечить душу, сделать ее здоровой; цель религии — нечто существенно отличающееся — спасти душу. Но замечателен побочный эффект религии — психогигиенический. Религия дает человеку духовный якорь спасения с таким чувством уверенности, которое он не может найти нигде больше.”

Психология и психотерапия как научные дисциплины в последнее время достигли многого в диагностике и описании психических заболеваний, их классификации и методологии лечения. Но не обогащенная христианским знанием о душе, Боге, вечном предназначении человека, она во многих случаях довольно упрощенно трактует сложнейшие экзистенциальные проблемы. В современном обществе, оторванном от религиозных питающих корней, к сожалению, психотерапевт во многом заменил священника. Это случается вследствие того, что реализация потребности в душевном комфорте, душевном здоровье может стать конечной целью внутренних исканий человека, психологически объяснив неразрешимые с точки зрения психологии проблемы: большую Совесть, духовную жажду Горнего, поиск встречи и общения с Небесным Отцом.

Однако, митрополит Антоний Сурожский считает, что при правильном подходе, психотерапия, психоанализ могут в определенной мере подвести его к решению проблем духовных:

“На Западе очень распространена психотерапия, к ней прибегают там, где, мне кажется, можно было бы и не прибегать. Есть, конечно, положения, моменты, когда человек душевно болен, и тогда к нему надо применять или лекарственное лечение, или психоанализ. Но очень часто люди на Западе прибегают к психотерапии вместо того, чтобы обратиться к священнику, — или потому, что они неверующие, или потому, что священник не подготовлен и не способен разбираться в проблемах их души, или потому, что они хотят переложить ответственность за свою внутреннюю борьбу на другого человека и как бы освободиться от нее. Они хотят быть освобожденными от проблемы без того, чтобы взять за нее полную ответственность и подвижнически бороться. В связи с этим для человека верующего возникает вопрос о том, какая связь может быть между исповедью и покаянной жизнью, с одной стороны, и психотерапией, в частности, психоанализом — с другой.

Мне кажется, тут надо рассматривать вещи совершенно различно. Психоанализ может помочь человеку разобраться в себе самом, заглянуть ему в тайники своей души, но психоанализ не обязательно приведет к покаянию. Риск психоанализа в том, что человек, разобравшись в своей греховности, увидев себя, какой он есть, во всяком случае, более ясно, чем без психоанализа, считает, что теперь ему надо лечиться, но не каяться, что это все — душевная болезнь, все неустройство психическое, но что оно не нравственное, не духовное. С другой стороны, если человек верующий, который не может найти в себе корень зла, начинает лечиться у психиатра и перед ним раскрываются мрачные глубины его души, он может их осознать не только как душевное расстройство, у которого всегда есть какие-нибудь причины, но и как расстройство, за которое он в значительной мере ответственен. В таком случае он может после этого обратиться к священнику, к духовному наставнику уже на новых началах. То, чего он раньше не понимал, теперь стало понятным, и можно обратиться к Богу с покаянием.

И это в какой-то мере случается как бы совершенно естественно в некоторых обстоятельствах. Мы все, наверно, слышали, как бывает, старики жалуются на то, что ночью дурные сны, воспоминания, не дают им спокойно спать.

Я помню одну такую старушку, пришедшую ко мне. Она говорила, что всю ночь ей вспоминаются какие-то моменты ее жизни и всегда — дурные, темные, горькие моменты, что она не может из-за этого спать. Она обращалась к врачу, ко-

торый ей дал какие-то снотворные пилюли, и все равно ничего не получается, потому что то, что было воспоминанием, делается теперь кошмаром... Я ей сказал: “Вам, как всем стареющим людям, дано заново пережить свою жизнь, но пережить ее на новых началах. Когда Вы были молоды, то принимали решения, совершали поступки, которые были как бы ответственны той житейской неопытности. Теперь Вы набрались большего жизненного опыта, и Бог Вас ставит перед лицом всех тех греховных ошибок, дурных поступков, ложных пожеланий, которые были в Вашей жизни в прошлом. Вопрос, который Вам ставит Господь, делая это, как бы воскрешая прошлое, настойчиво возвращая Вас к нему, заключается вот в чем: “Какая ты стала теперь, с твоим опытом? Если тебя поставить в ту же обстановку после стольких прожитых лет, как бы ты решила этот вопрос? Что бы сказала?” И если ты можешь сказать: никогда я этого слова не произнесла бы, никогда я так не поступила бы — знай, что тот человек, которым ты была в молодости, умер, и что теперь ты свободна от своего прошлого, хотя бы в этом отношении. И ты увидишь, если ты уверена что теперь это для тебя стало абсолютной невозможностью, что оно не будет к тебе возвращаться ни в твоих снах, ни наяву. Если же ты не можешь так сказать, знай, что это не только твое прошлое, — это еще твое греховное настоящее, неизжитая греховная неправда.”

И это то же самое, что совершается в психоанализе, только тут это воспоминание всплывает естественно, а там врач тебе помогает постепенно к нему вернуться. Но последний шаг для верующего — это покаяние: покаяние перед Богом наедине, и покаяние на исповеди” (Московский Психотерапевтический Журнал, № 4 за 1994 г., стр. 166-168).

Задачи пастыря и задачи психотерапевта.

Православный человек, осознав то, что он заболел психически, может воспользоваться возможностью исцеления от душевных болезней и затруднений, не гнушаясь обращения к психологу или психотерапевту, в той же мере, в какой не гнушается каждый из нас прибегать к другим медицинским средствам лечения своих заболеваний.

С прискорбием приходится признать, что на Западе, а не в России, имевшей многовековые традиции церковного душепопечения, в психологической науке был сделан первый сдвиг в преодолении грубо-материалистического взгляда на природу человека. Многие современные психологические и психотерапевтические школы за рубежом учитывают реальность духовного в структуре человека, относясь к этой области человеческой природы с осознанием ее как неприкосновенной со стороны психолога. Они считают, что работа с этим уровнем является прерогативой не психологии, а религии. Известный американский психолог Норман Пил, констатируя тот факт, что многие религиозные учреждения считают в своей работе необходимой помощь психиатров, пишет:

“Психиатрия представляет науку, которая анализирует, сопоставляет факты и симптомы, ставит диагноз на основе определенных законов и правил, предлагает курс лечения.

Христианство связано с системой этических ценностей. Но христианство можно рассматривать как науку. Это особая философская, метафизическая система, свод богословских понятий, ибо содержит в себе развернутую систему принципов и методов, помогающих лучше познать человеческую натуру. Эти законы отличаются точностью, ясностью, и много раз показывали свою действенность. При вы-

полнении соответствующих условий (где особую роль играют вера, убежденность, систематичность подхода) христианство дает такие впечатляющие результаты, что вполне может считаться точной наукой.

Если к нам обращается человек с жалобами на душевное состояние, сначала с ним беседует психиатр. Он подробно и доброжелательно расспрашивает его обо всем, что имеет хотя бы малейшее отношение к данной проблеме, потом объясняет ему, почему он думает и действует так, а не иначе.

Это существенный момент в нашей практике. Для успешного лечения необходимо выяснить, почему пациент всю жизнь, к примеру, страдал от чувства вины, или постоянно испытывает страхи, или питает к окружающим стойкую неприязнь. Необходимо разобраться, почему человек проявляет скрытность, застенчивость, почему он совершает какие-то нелепые поступки или делает неуместные заявления. Все это не происходит просто так. У явлений такого рода — конкретная подоплека. У наших мыслей, настроений, поступков всегда существуют достаточно определенные причины, которые, однако, зачастую имеют скрытый характер. Тем важнее вывести их на поверхность, пробиться через видимость к сущности. Самопознание — необходимая ступень на пути к духовному совершенствованию.

После беседы с психиатром пациента ожидает разговор со священником, который советует ему, как вести себя в данной ситуации. Священник, анализируя факты, выявленные психиатром, предлагает лечение, в основе которого вера, молитвы, любовь к окружающим. Как правило, совместными усилиями священник и психиатр указывают пациенту путь к новой, счастливой жизни. Священник вовсе не пытается подменить психиатра, а психиатр — священника. Каждый выполняет свои специфические функции, но оба работают в тесном взаимодействии. Эта терапия исходит из заветов нашего Заступника и Спасителя Иисуса Христа. Мы убеждены в высокой практической ценности учения Христа, мы и впрямь все можем в укрепляющем нас Христе” (Норман Пил. Энергия позитивного мышления, М., 1998 г.).

Профессор Д. Е. Мелехов также считает, что опытным пастырям в случаях оказания помощи душевнобольному человеку желательно поступать с благоразумным рассуждением в каждом конкретном случае. Одним они могут сказать: *“Тебе нужно идти к врачу,”* а другим: *“Тебе у врачей делать нечего.”* Чаще всего наиболее правильным подходом является сочетание пастырского и врачебного содействий.

Считаем необходимым указать на знания, необходимые современному **психологу, психиатру, психотерапевту**, которым все чаще приходится встречаться с пациентами, имеющими религиозные убеждения.

Классик психиатрии С. С. Корсаков в 1901 году писал, что каждому психически здоровому человеку присуще религиозное чувство. Религиозная потребность — это искание и неутолимая жажда Абсолютного, Вечного и Безусловного, искание Высшего Смысла.

“Нельзя сводить религию к неврозу или “коллективному бессознательному,” — polemизируя с К. Г. Юнгом, подчеркивал известный психиатр, основатель Третьей Венской школы психотерапии Виктор Франкл, — “Духовное измерение не может быть игнорируемо, именно оно делает нас людьми” (Православная Церковь свидетельствует. Исцеления истинные и ложные..., Пермь, 1998 г.).

Однако, возможно, что в процессе знакомства и общения врач встретится с причудливым сочетанием религиозных терминов и идей, порожденных шизофреническим бредом, лишней последовательности в описании своих состояний и проблем. Профессор Д. Е. Мелехов считает, что

“религиозные переживания в общей структуре личности могут занимать очень разное (прямо до противоположности) положение: они могут быть в случаях патологии непосредственным отражением симптомов болезни (галлюцинаций, бредовых идей, физически ощущаемого воздействия на мысли и физические проявления человека). Они могут быть и проявлением здоровой личности, и тогда, даже при наличии болезни, они помогают больному сопротивляться ей, приспособиться к ней и компенсировать дефекты, внесенные болезнью в личность больного.

Вот почему для врача недопустимо при исследовании больного “на ходу” трактовать всякое религиозное переживание как патологию или заблуждение, и тут же, в процессе исследования, демонстрировать свое элементарное, догматически материалистическое отношение к религиозным исканиям и сомнениям своего пациента. Более терпимо снисходительно-скептическое отношение на уровне либерального западноевропейского мировоззрения, но и оно не вызовет доверия больного и необходимого контакта с врачом. Врач должен с большим вниманием и уважением к личности больного объективно проследить развитие не только личных качеств и болезненных симптомов, но и религиозных переживаний, их логические, философские и эмоциональные истоки, ознакомиться с религиозным опытом больного в прошлом и настоящем, и помочь ему разобраться, разграничить, что в этом опыте непосредственно продиктовано болезнью, природными психофизическими особенностями и патологическими процессами, а что является ценным духовным опытом здоровых сторон личности, которые могут помочь в борьбе с болезнью и послужить базой психотерапевтической работе врача.”

К сожалению, у большинства из современных людей,² при произнесении слова “психиатрия,” в сознании возникает предубеждение, не лишнее оснований.

“...Психиатрия руководствуется позитивистским мировоззрением. Ее методы разлагают живую душу на мертвые составляющие, затем механическими манипуляциями пытаются добиться сверхъестественного результата: оздоровить душу человека, возродить ее единство. Глубинные механизмы душевной жизни очень примитивно понимаются, духовная природа личности, специфика бытия человека, остается за пределами наблюдения, либо разоблачается в качестве иллюзии.

С другой стороны, традиция лекарственной психиатрии “решает” душевные конфликты радикальным способом: психотропные средства низводят психику к примитивности, разрушают духовность. Душевный конфликт, который может являться результатом или попыткой решения важнейших экзистенциальных проблем, заглушается путем разрушения той сферы психики, на которой он возникает. Лекарственные средства в психотерапии большей частью используются на грани пре-

² Тем более православных, воспитанных на полемических брошюрах перестроечного времени, типа: “Осторожно, экстрасенсы!” “Гипноз — дьявольская сила” и т.п., в которых слово “психотерапия” с легкой руки авторов дискредитировано соседством со словами “зомбирование,” “кодирование,” “сатанинская сила.”

ступной безответственности и ведут к разложению облика личности. В лучшем случае психотропные средства подавляют симптомы болезни. Но невозможно вылечить душевное расстройство, сговывая его проявления. И только в редких случаях, объясняемых надпозитивистской мудростью психиатра, лекарственное лечение помогает человеку сэкономить душевные и физические силы, направить их на решение экзистенциального конфликта — источника болезни.

Атмосфера современных психолечебниц не способствует оздоровлению, но усугубляет душевное расстройство. Общепринятые отношения к больному культивируют насилие и закрепляют патологию. Современный психиатр относится к больному как к сгустку материи, в котором необходимо заглушить одни функции и развить другие. Критерии здоровья и болезни совершенно произвольны. Методы и средства лечения по большей части оказываются паллиативами средствами, временно облегчающими проявления болезни, но не излечивающими ее. В науке лечения души сложилось совершенно бездушное, антидуховное отношение к человеку. Прежде всего, потому что мировая психиатрия не видит в больном вечную человеческую душу, которая в той или иной степени ответственна за бегство от реальности, а значит, в принципе вменяема. Психиатрия не апеллирует к единственному источнику душевного здоровья — представительству души в вечности. Поэтому она не ощущает и не приводит в действие неисчерпаемые запасы духовных сил человека” (Виктор Аксючиц. По сенью Креста, стр. 269).

Доктор психологических наук Т. А. Флоренская отмечает, что

“история отечественной науки свидетельствует о том, что бездуховная психология оказывается и бездушной — “наукой без души.” Став естественнонаучной дисциплиной, психология “разобрала” душу на части, умертвив ее: так умирает душа, оторвавшаяся от духа, так утрачивает себя, свое изначальное призвание бездуховная психология.”

Однако, значительное число современных психотерапевтических школ, в особенности, гуманистического и экзистенциального направлений, не приемлет такой грубо-материалистический взгляд на человека, как существо только биологическое и психическое. Все ярче проявляется значение духовной сферы человека как сердцевины его жизни.

“Психология начинает интенсивно осваивать наследие (мировое и отечественное) религиозной философии, духовного опыта исповедников веры, подвижников духа, расширять опыт работы с субъективным миром человека, его сознанием, а главное — строить новый взгляд, новое видение человеческой реальности в ее субъективной проекции. Появление второго полюса психологической предметности — духовности — открывает перед психологией перспективу стать подлинным лидером, а во многом и законодателем в системе наук о человеке” (Начала христианской психологии, М., “Наука,” 1995 г., стр. 123.).

Основатель логотерапии Виктор Франкл, в те времена, когда фрейдовский психоанализ занимал одно из господствующих мест в психологической науке, напомнил психологам и психотерапевтам, что конечное разрешение психологических проблем человека невозможно вне осознания его отношений с Господом:

“Религиозный человек отличается, по-видимому, от нерелигиозного переживанием своего существования не просто как задачи, но как миссии. Это означает, что он осознает как Личность Того, от Кого исходит эта задача, ему известен Источник его миссии. Тысячи лет этот Источник назывался Богом.”

Такого же мнения придерживается Президент Ассоциации гуманистической психологии, профессор Сэйбуркского университета Джеймс Бьюдженталь, автор замечательных книг по психотерапии, отражающих реальный опыт встреч с людьми. В “Науке быть живым” он пишет о возможностях, приоткрываемых процессом самопознания и внутренней работы по расчистке пути к духовному плану человеческого бытия:

“Все мы ищем Бога, все. Атеисты и агностики не меньше, чем богомольцы. Мы можем отказаться от этого поиска не больше, чем остановить поток нашего сознания.

Наши мысли неизбежно сталкиваются с тем, что есть, с тем, чего мы желаем, и вскоре мы уже представляем себе, какими мы могли бы быть и, таким образом, вступаем на путь поисков Бога.

Я верю в то, что поиск Бога совпадает с глубочайшими стремлениями человека к его собственному бытию” (Джеймс Бьюдженталь. Наука быть живым. М., “Класс,” 1998 г.).

Выдающийся американский психолог и психотерапевт Ролло Мей (1909—1994), классик экзистенциально-гуманистической психологии считает, что прежде чем начать работу с человеком, психотерапевт должен составить для себя портрет его личности, состоящий из четырех слагаемых: свобода, индивидуальность, социальная интегрированность и глубина религиозности.

“Духовность личности является признаком больших возможностей. Это повод для ликования, ибо искра Божия потревожила темноту внутри нашей земной оболочки... Портрет личности будет неполным, если не учитывать ее внутреннюю духовную напряженность. Системы психотерапии, исходящие из чисто натуралистических принципов, обречены на неуспех. Мы можем сделать вывод, что здоровая личность должна творчески адаптироваться к пониманию предельности и что залогом здоровья является осознанное чувство духовности.

Задача консультанта — научить клиента достойно принять и сделать устойчивым то духовное напряжение, которое присуще природе человека” (Р. Мей. Искусство психологического консультирования. НФ “Класс,” стр. 34).

Наконец, Роберт Дилтс, один из ведущих ученых направления НЛП, наиболее эффективного направления современной психотерапии, считает, что “ответить на вопросы, касающиеся миссии (человека, его в этом мире) никак (невозможно), не затрагивая тему Бога” (Р. Дилтс. Изменение убеждений с помощью НЛП, НФ “Класс,” стр. 56).

Психотерапевты этого направления в своей работе с проблемами пациентов используют таблицу логических уровней, работа над которыми приводит человека к более глубокому пониманию себя и своего места в этом мире.



Несложно увидеть: психотерапевты этого направления предполагают, что для решения психологических проблем и избавления от болезненных симптомов человек должен в конечном итоге прийти к вопросу осознания своего места в этом мире, смысла своей жизненной миссии, своих отношений с Богом (Роберт Дилтс. Изменение убеждений с помощью НЛП, НФ “Класс,” 1997 г., стр. 57-59).

Возможно, вышеуказанные авторы не принадлежали к Православной Церкви. Однако в данном случае для нас важен не столько факт их конфессиональной принадлежности, сколько опровержение мифа о психологии и психотерапии как науках атеистических или богоборческих устами авторитетнейших представителей этих дисциплин.

Христианин, дерзающий искать ответы на вопросы душевных затруднений в психологической науке, может задать себе вполне уместный вопрос: как христианская психология должна относиться к знаниям о человеке, добытым нехристианской психологией? Что в этом знании истинно, что — ложно?

Православный автор, кандидат психологических наук Ф. Е. Василюк отвечает на этот вопрос:

“В меру действительной научности исследования эти знания часто могут быть верным знанием о падшем состоянии человека.

Ложь же этого знания в том, что естественнонаучная психология считает это знание всеобъемлющим, выявляющим подлинную природу человека, и психотехническое воплощение этого знания приводит к постепенным, но радикальным преобразованиям человеческого осознания и всей культуры, в которой добытый психологический образ падшего человека объявляется естественным, нормальным, законным. Культура и душа извращаются, выворачиваются наизнанку, человек с усилием перевоспитывает себя в сторону бесстыдства (ибо стыдно стесняться), горделивости (ибо стыдно быть скромным, смиренным), похотливости (своя потребность, хотение возводится в ранг категорического императива: поступай так, чтобы никто не подумал, что максима твоего поступка есть что-то, кроме твоего

эгоцентрического желания). Словом, современная психологическая культура нередко устраивается так, что вождения инфантильного сознания мира начинают возводиться в ранг ценностей, а вытесняемыми, неофициальными становятся подлинные христианские ценности. В этом смысле наблюдаемая культура, пропитанная “достижениями” современной психологии (психоанализа прежде всего), есть не просто атеистическая, а явно антихристианская культура, и адаптация души к этой “культуре” предполагает извращение глубинных аксиологических оснований, когда не просто в душе идет “нормальная” борьба со злом, с внутренним чувством правильного различения и понимания, что зло есть зло, а противоестественная борьба с добром в себе, когда зло возводится в ранг нормы.

Таким образом христианская оценка нехристианской психологии должна быть этико-антропологической оценкой. Подчеркнем при этом, что души христианина и не христианина не разделены непроходимой пропастью прежде всего потому, что, с одной стороны, христианская душа всегда полна нехристианских включений, а с другой — потому, что “всякая душа от рождения христианка.” Здесь нужно не впадать в крайность как отождествления, так и разделения, а тем более конфронтации, замечать как разное, так и сходное.

Во Христе крестившаяся душа в Таинстве крещения получает соединение с Духом Святым, получает имя, получает личного Ангела-Хранителя, вводится в Церковь, получает отпущение грехов, дар непосредственного ощущения Божьего присутствия, возможность соединения с Богом в Таинстве Причастия, — словом, получает многообразные дары, которые не просто присоединяются к ней, а вводят ее в иную жизнь и входят в сам ее состав. Но все эти дары не сохраняются в душе автоматически без ее свободного, произвольного поддержания их, и она, не удержавшись в этой новой жизни, вновь нередко попадает в прошлую привычную жизнь. И вот в этой жизни ее психология так похожа на психологию некрещеной души, что христианский психолог, кем бы он ни был, — священником ли, воспитателем, психотерапевтом, писателем... должен, конечно, знать эту реальную “естественную” и “противоестественную” стороны жизни души” (Начала христианской психологии, М., 1995, стр. 103-104).

*** **

К сожалению, предложение обратиться к психотерапевту по поводу своих проблем со стороны близких, а тем более со стороны священника, у православного человека чаще всего вызывает недоверие, отторжение, и воспринимается чуть ли не как подталкивание к измене Православной вере. Более того, приходится встречаться с православными изданиями, в которых православный врач-психиатр на вопрос “Можно ли лечиться у неверующего, неправославного врача-психиатра?” отвечает “... Врач-атеист (или, каких сейчас немало, оккультист) принесет больше вреда, а пользы не будет” (Д. А. Авдеев. Беседы с православным психиатром, М., 1998). Безусловно, для обращающегося непременно важно знать, не является ли врач оккультистом, последователем Р. Хаббарда или членом какой-либо религиозной секты, вербующей адептов под видом психотерапевтической помощи (Основным признаком отличия психотерапевта от шарлатана, мага, гуру и оккультиста посвящена отдельная глава этой книги).

Однако необходимо указать на то, что представитель профессиональной психотерапии работает прежде всего с конкретной проблемой человека и очень бережно относится к области жизненных ценностей, убеждений и религиозных верований человека.

Современные психотерапевтические исследования показали, что даже под гипнозом невозможно изменить убеждения, ценности и верования человека. Природа человеческой души устроена Богом так, что критический контроль при восприятии даже в глубоком гипнотическом трансе всегда остается. Если врач даже и попытается вторгнуться в эту область, в человеке срабатывает духовный иммунитет. Дальнейшие терапевтические отношения в таком случае разрываются.

С другой стороны, попытка навязать религиозные ценности и верования под видом психотерапевтической помощи, воспользовавшись ослабленным болезнью состоянием человека (“Вам поможет только исповедь и причастие!” “Пока Вы не примете крещение, я не буду Вас лечить!” “Вам нужно прежде всего сходить на отчитку!”), является нарушением врачебной этики. Человек должен сам, сознательно прийти к Богу, Церкви, таинствам. Подобное подталкивание со стороны врача может стать профанацией сути христианства. Бог является только конечной целью всех устремлений человека, но не средством к достижению физического или психического здоровья.

Однако православный врач самим фактом своего внимательного, чуткого человеческого участия в жизни больного может обратить его к Богу. После оказания помощи в решении первичных психологических проблем, в случае, если причина затруднения касается духовной сферы, психотерапевт может направить его в церковь, к опытному священнику.

И здесь перед последним стоит трудная задача: отличить ту часть проблемы, которая носит медицинский характер от той части, которая нуждается в религиозной помощи: обретению ценностного мира Православия.

“Если психиатрия претендует на врачевание человеческой души, то прежде всего, она должна признать субстанциальность и вечность души человека. Это возможно только в религиозном мировоззрении. Таким образом, психиатрия для достижения ею же поставленных целей должна стать религиозной и основываться на христианской психологии: признании небесного происхождения души, ее вечности и богоподобности. Если техника секуляризованного фрейдистского психоанализа вскрывает даже внутриутробные состояния человека, то христианский психоанализ призван обнажать не позитивистские тени душевной жизни, а ее онтологическое содержание, смысл назначения в предстоянии перед вечностью, а не перед прахом земли. Христианская психотерапия должна целостно врачевать душу, а не убирать одни состояния за счет других, не стремиться облегчить состояние за счет понижения духовного уровня и снятия самих экзистенциальных проблем.

Христианские психологи и психиатры приближаются в своих функциях к священнику: помогают человеку обрести и пройти путь спасения души, но, в отличие от священника, оздоравливают ее эмпирическими средствами. С другой стороны христианский священник, поставленный Богом и наделенный Его благодатью для спасения человеческих душ, должен становиться все более душеведом” (Виктор Аксючиц. По сенью Креста, стр. 269).

Психиатрия — одна из сложнейших дисциплин. Недаром она изучается на последнем курсе медицинского института. Однако начальную посильную психологическую помощь пришедшему к нему за помощью человеку, священник может и должен оказать, для чего ему необходимо овладеть хотя бы минимальным набором начальных знаний в этой области.

“Священник не может быть профессиональным психиатром, но он должен (по крайней мере) достаточно интересоваться тем, что происходит с людьми вокруг него, чтобы иметь какие-то познания о том, как проявляется душевная болезнь. Когда душевнобольной человек оказывается верующим, его душевное состояние отбрасывает тень на все, в том числе на его жизнь в Церкви. И очень важно, чтобы священник был в состоянии различить, где болезнь, а где подлинный мистический опыт,” — считает митрополит Антоний Сурожский (Московский Психотерапевтический Журнал, № 4 за 1997 г., стр. 28-29).

Доктор психологических наук Б. С. Братусь справедливо отмечает, что в современной церковной среде нередко можно встретить отвержение психологии — науки о человеке — как пустого и опасного мудрования, считая, что единственными пособиями в понимании человеческих проблем могут быть лишь духовное постижение и молитва.

“Разлад этот принимает иногда самые крайние формы, когда, например, игнорируются любые механизмы и основы психических болезней, все сводится лишь к нарушению заповедей и, скажем, (реальный случай), девушке, тяжело больной шизофренией, находящейся в остром состоянии, священник советует вместо необходимого лечения рожать детей и ходить в церковь. Понять такую позицию вчера еще было можно. Церковь так пострадала от высокомерия, кощунственной грубости и безапелляционности людей, столько лет говоривших от имени науки, от научного знания. Но вчера — не сегодня. Сегодня такая позиция является не только устаревшей, но даже и вредной. Она раскалывает процесс познания и толкает к неведению, к неучету важных сторон естества человека. Но мир Божий един и ни одна сторона его не отменяет другую и, значит, знание одного не отменяет, а подразумевает знание другого” (Начала христианской психологии, М., “Наука,” 1995, стр. 5-6).

Только невежеством и самонадеянностью можно объяснить отрицание священником необходимости врачебной помощи в психопатологических проблемах своих пасомых.

В виду вышесказанного необходимо указать на случаи, в которых пастырь, определив непосредственную духовную причину болезни, находящейся исключительно в его, священнической, компетенции, может попытаться рекомендовать своему пасомому обратиться к медицинской помощи, включающей различные области современных знаний законов психической жизни и методов психиатрического и психофармакологического воздействия на больных.

Поводами, в которых духовник, не исключая воздействия пастырского, может рекомендовать своему пасомому обратиться к медицинской помощи, по мнению профессора Д. Е. Мелехова, являются следующие:

1. Припадки истерические, эпилептические, смешанные, негативно-вазомоторные.
2. Нарастающее падение работоспособности, утомляемость, прогрессирующее снижение памяти и интеллектуальных способностей.
3. Резкое и прогрессирующее изменение основных черт характера, не мотивированное и независимое от внешних условий развитие возбудимости, холодности, злобности, жестокости, тревожности, эмоциональной неустойчивости.
4. Повторяющиеся обманы зрения, слуха, обоняния, тактильные обманы (патологические ощущения в коже), ощущения воздействия электротоком и т.д.
5. Глубокие и стойкие, или часто рецидивирующие состояния депрессии, тоски с безнадежностью, унынием, в особенности с мыслями о самоубийстве или состо-

яния беспричинной веселости с беспорядочной повышенной активностью, не контролируемым наплывом мыслей и переоценкой своих возможностей” (Маниакально-депрессивный психоз и явления близкие к нему).

Последующие пункты, указанных проф. Д. Е. Мелеховым поводов для обращения к психиатру, являются явным следствием разрушения душевной природы человека со стороны демонических сил, уже вторгшихся в человека, паразитирующих на его душе и, несомненно, нуждаются в благодатном содействии со стороны церковных Таинств, молитв, покаяния, “отчитки:”

6. “Неуправляемые, насильственные, навязчивые мысли, наплывы беспорядочных мыслей, произвольные остановки и обрывы в ходе логического процесса; ощущение искусственных, не своих, “сделанных,” внушенных мыслей, возникающих, по мнению больного, под воздействием электротока, гипноза, радиоволн или бесоодержимости.
7. Яркие и повторяющиеся состояния “озарения,” видения, голоса, не вытекающие из прежнего опыта и чуждые общей структуре личности.
8. Непреодолимая власть грубых биологических влечений, “хульных” мыслей, чуждых для основного ядра личности, уныния, отчаяния и мыслей о самоубийстве.
9. Крайняя гордость, уверенность в правильности своих ошибочных суждений, вопреки очевидной реальности и объективному мнению окружающих (бредовые идеи ревности, изобретательства, реформаторства в гражданской и церковной жизни). Или, наоборот, комплекс приниженности, самоуничужения или проявления тайной гордости и эгоцентризма.”

По мнению проф. Д. Е. Мелехова, к компетенции врача-терапевта относятся соматические и биологические причины болезни, психотерапевта — психотравмирующие причины, дефекты воспитания, опытного духовника — преодоление моральных причин, запущенности страстной, желательной части души, мобилизация сил на осознание своей болезни и активное противостояние ей, пользуясь в необходимых случаях помощью врача, а главное — помощь в движении к покаянию, к исторжению из души самых корней болезни.

Особенную трудность в пастырской работе представляют люди, у которых религиозные представления, некоторый положительный опыт жизни церковной, оказываются соединенными с патологическими проявлениями психики. Оказать помощь таким людям в равной степени трудно как врачу, так и священнику. Врач (особенно если он человек не церковный), как упоминалось выше, внушает мало доверия такому больному, который по большей части закрыт для доктора, пытающегося “*влезть в душу,*” помочь ему разобраться со своими душевными противоречиями. А священник, встретившийся на жизненном пути такового, как правило, (по его словам) “*невнимательно выслушал, не понял меня, дал неправильный совет, не верит, что мне тяжело*” и т.д.

В одном случае пастырю желательно объяснить больному, что он болен не только в смысле всеобщей болезни человеческого греха, но и с точки зрения медицины. В других — проявить христианское попечение.

В качестве иллюстрации первого и второго случая можно привести два случая из пастырской практики, приводимые митрополитом Антонием Сурожским:

“К одному из наших старых священников во Франции пришел человек и дал полное описание духовного состояния, которое характеризуется как “помрачение души.” Этот человек считал себя одним из великих мистиков современности, и был оскорблен, когда старый опытный священник сказал: “Сходите к врачу, это у вас больная печень.”

А другой случай из моей пастырской практики. Мне прислали молодую монахиню из одного монастыря. У нее было душевное расстройство, которое не могло быть исцелено простой беседой. Ее послали к психиатру, но он, будучи человеком верующим, отказался лечить ее, сказав, что это не душевное расстройство, а духовная проблема. Когда эта молодая монахиня стала описывать свое состояние, я ее остановил и сказал: “Подождите, я могу довершить, что вы собираетесь рассказать.” Я взял “Подвижнические слова” преп. Исаака Сирина и прочел ей полное описание того, что она собиралась сказать мне. И я смог ей помочь, потому что Исаак Сирин, после описания этого состояния, поясняет, что надо делать в таком случае.”

Пастырское душепопечение имеет свои, отличные от клинической психотерапии, особенности. Т. А. Флоренская отмечает:

“Наша задача — помочь больному в исцелении, то есть в восстановлении его целостности. Разлад в душе, болезни являются следствием греха. Здесь важно, опираясь на четкие христианские ценности, выявить, какие законы духовной жизни нарушил человек и помочь ему пройти путь покаяния. Когда человек впервые встречается со своей греховностью, он может испытать ужас, и возможны два исхода — самоубийство или покаяние. Покаяние — это отвержение некоторых частей своего наличного “Я” и принятие духовного “Я.”

Пастырь “может в разной форме показать целительность следования законам духовной жизни. Он может поддержать голос духовного “Я” человека на его языке. При этом большую роль играет соотнесение трех языков — евангельского, психологического и собственно языка самого пришедшего человека.” Для пастыря, “как и для верующего терапевта, необходимо также внутреннее послушание Божьему голосу в себе. Таким образом, диалог в христианской терапии — это соединение двоих в Боге, их одновременная неслиянность и нераздельность, открытость двоих для получения благодатной помощи” (Московский Психотерапевтический Журнал, № 4 за 1994 г., стр. 194-195).

В вопросах психиатрии и психотерапии, думается, необходимо ориентироваться не только священникам, но и активным мирянам, которые вольно или невольно несут окружающим их людям знания о Боге, Церкви, христианстве, способствуют воцерковлению людей, готовят их к первой, серьезной встрече со священником. Сколько бед, душевных повреждений, даже духовной прелести происходит оттого, что и священники и миряне часто впадают в заблуждение, не отличая в человеке одержимость демоническими силами, от греховности и страстности, а последние, в свою очередь, от психических заболеваний, требующих совершенно иного подхода.

Существуют ли “критерии нормальности”?

Определение нормы психического здоровья относится к числу самых сложных вопросов современной психологии. Однако нередко в церковной среде можно встретить людей, которые начинают верить в свою “ненормальность,” поскольку такое определение дал (или подтвердил) пастырь, духовник.³ В Настольной книге священнослужителя существует такое предостережение по поводу постановки диагноза “ненормальности” тому или иному человеку со стороны пастыря:

“За пределы нормы интеллектуального развития человека в равной степени выходят и слабоумие и гениальность. Точно так же отклонением от некоторой интуитивно понимаемой душевной нормы могут считаться и одержимость и блаженство. Поэтому пастырь-исповедник должен обладать собственным духовным опытом, христианской интуицией, знанием основ православной традиции душепопечительства и быть знакомым с некоторыми, пусть даже самыми общими, основами психиатрии. Но и в этом случае суждение о психическом здоровье прихожанина должно выноситься им с сугубой осторожностью и с учетом всех возможных индивидуальных особенностей каждого конкретного человека (Настольная книга священнослужителя. Изд. Московской Патриархии, 1998, стр. 309).

Одним из наиболее ярко выраженных критериев нормальности можно считать, с определенной долей условности, приспособленность.

“Но приспособленность — полагает митрополит Антоний Сурожский, — понятие сложное. Потому что можно приспособленность видеть в том, что ты — точно такой, как все. Но можно видеть ее и в обратном, то есть в том, что у тебя достаточно личного, объективного суждения, чтобы противостоять всем — но с какой-то закономерностью: не просто лягаться вправо и влево, а произносить суждение и соответственно действовать. Между этими двумя крайностями есть масса оттенков, но так или иначе нормальность всегда определяется той или иной формой приспособленности, и это очень относительное определение, потому что оно чисто практическое. Например, на основании такого определения можно сказать, что целый ряд великих людей и святых были ненормальны; в конечном же итоге они-то и были нормальны, а мы — нет.

Но когда мы можем рассматривать человека как достаточно нормального, встает вопрос о его ответственности, об ответственности за его поступки по отношению к людям, по отношению к Богу” (Московский Психотерапевтический Журнал, № 4 за 1994 г., стр. 162-163).

Известное неуважение к так называемым “критериям нормальности” высказывали еще старые авторы. Так, французский психиатр Кюльер говорил, что “в тот самый день, когда больше не будет полунормальных людей, цивилизованный мир погибнет, погибнет не от избытка мудрости, а от избытка посредственности.” А по ироничному замечанию итальян-

³ Не так давно ко мне обратилась паломница, которая рассказала, как она, прочитав в учебнике по психиатрии клиническое описание симптомов шизофрении, приехала к своему духовнику разрешить свои сомнения по поводу кажущегося наличия у нее этого заболевания. После того, как духовник (неизвестно на каком основании) подтвердил ее убеждение по этому поводу, шизофренические симптомы стали прогрессировать.

ского психиатра Чезаре Ломброзо, “нормальный человек — это человек, обладающий хорошим аппетитом, порядочный работник, эгоист, рутинер, терпеливый, уважающий всякую власть, животное” (Цит. По Б. С. Братусь. Образ человека в гуманитарной, нравственной и христианской психологии. “Вопросы психологии” № 5, 1997).

По замечанию Д. Е. Мелехова, многие гениальные люди оставались таковыми не благодаря, а вопреки своим психоболезням, за счет реализации своих творческих возможностей.

“По формальным признакам почти каждому гению можно поставить психиатрический диагноз, что и делалось неоднократно. Так сонмом психиатров в 20-е годы были вынесены диагнозы: Пушкину — психопатия, Л.Толстому — шизофрения, Тургеневу — истерия, Достоевскому — эпилепсия. Клиническая картина в данном случае вполне накладывалась на душевную жизнь писателей. Но психиатры не могли заметить главного: душа гения не вмещалась в рамки категорий психиатрии.” (В. Аксючиц. Под сенью Креста, стр. 265).

Однако, существует качественно иное понимание нормы. Это происходит в случае различения понятий “человек” и “личность.” Тогда последнее можно рассматривать как инструмент, орган, орудие человеческой сущности.

“В этом случае характеристика личности, ее “нормальность” или “аномальность” будет зависеть от того, как служит она человеку, способствует ли ее позиция, конкретная организация и направленность приобщению к родовой человеческой сущности или, напротив, разобщает с этой сущностью, запутывает и усложняет связи с ней. Таким образом, понятие нормы приобретает иной адресат и вектор: не к статистике, адаптации и т.п., а к представлению о человеческой сущности, к образу человека в культуре. Другими словами, проблема нормального развития личности ставится в зависимость от проблемы нормального развития человека. Последнее, в самом общем виде, понимается как такое развитие, которое ведет к обретению человеческой сущности, к соответствию понятию “человек.”

“Когда речь идет о развитии **человека**, тогда как “личность,” согласно предложенному пониманию — специфический инструмент, орудие этого развития. И личность-инструмент оценивается в зависимости от того, как он служит своему назначению, способствует или нет приобщению человека к его сущности. В свою очередь, личность необходимо разделять, разводить с “психическим,” на чем настаивал А. Н. Леонтьев, говоря о “личностном” как об особом измерении. Поэтому человек может быть вполне психически здоровым (хорошо запоминать и мыслить, ставить сложные цели, быть деятельным, руководствоваться осознанными мотивами, достигать успехов, избегать неудач и т.п.) и одновременно, — личностно ущербным, больным (не координировать, не направлять свою жизнь к достижению человеческой сущности, разобщаться с ней, удовлетворяться суррогатами и т.п.). Кстати, если говорить о тенденциях современного общества, то надо признать, что для все большего количества людей становится характерным именно этот диагноз: психически здоров, но личностно болен.” (Б. С. Братусь. Образ человека в гуманитарной, нравственной и христианской психологии. “Вопросы психологии” № 5, 1997).

Следует обратить внимание на то, что опытные православные психиатры свидетельствуют: большинство психических патологий является ничем иным, как запущенной формой

тех или иных греховных страстей (гордости, тщеславия, самомнения, сребролюбия, блуда, уныния и т.д.), отбрасывающих человека за грань общепринятых понятий о благоразумии и о правильной самооценке. Поэтому изучение характеристик тех или иных патологических групп может стать довольно весомым подспорьем в работе над искоренением своих страстей.

“Верующий человек, живущий здоровой духовной жизнью, — пишет профессор Д. Е. Мелехов, — постоянно контролирует себя, состояние своего сердца, слышит голос совести, по мере духовного роста осознает свои грехи, может тяжело переживать раскаяние (“плач о грехах”). Но в молитве, в покаянии, в Литургии находит облегчение, освобождение и радость (“печаль, которая от Бога, производит неизменное покаяние ко спасению” — ведет к духовному выздоровлению). Совсем иная “печаль мирская” — депрессия, которая не **проходит от молитвы и покаяния, приводит человека в состояние тоски, отчаяния, уныния, “производит смерть,” вызывает мысли о самоубийстве.

Желательно, чтобы пастырь показал пришедшему к нему болезненный характер такой депрессии, является ли она результатом чрезмерной реакции на ту или иную потерю (близких людей, дорогих вещей, состояния), на тяжелое физическое заболевание, или результатом нарушения мозговой деятельности, витальной депрессии, эндогенной, циркулярной или даже шизофренической (т.е. происходит “от природы,” “от естества”). В таких случаях необходимо, кроме лекарственной терапии, постоянно и терпеливо напоминать больному, что это болезнь, и она пройдет. Аффективные психозы теперь доступны терапии.

Также необходимо привести больного к сознанию болезни при противоположных состояниях — возбуждения, переоценки своих сил, горделивых, бредовых мыслей о своем богатстве, об исключительных способностях, об изобретении мирового значения, об исключительном понимании сути вещей и явлений, и праве всех учить, обличать. В этих случаях задача длительного и упорного лечения — привести больного к самокритичной оценке своего состояния.”

Считаем необходимым привести еще одно замечание, обращенное непосредственно к пастырю, духовнику. По мнению проф. Д. Е. Мелехова,

“ему необходимо учитывать индивидуальные особенности характера и темперамента людей и внимательно относиться к проявлению психических заболеваний, помня, что человек свободен только в своей духовной сфере и сознательном выборе своего пути к Богу или отвержении Его. Но в сфере душевной он детерминирован (современная наука раскрывает биохимические, эндокринные, генетические и церебральные механизмы, которые обуславливают душевный склад человека). Об этом же говорит весь подвижнический опыт, свидетельствуя, что изменить свой характер, аффекты, страсти и пристрастия можно только посредством длительной упорной работы над собой, системой аскетических приемов, влияющих как на психику, так и на соматику, как на душу, так и на тело. Всякая мысль о произвольности и легкости изменения своей природной организации признается необоснованной, продиктованной только лишь отсутствием духовного опыта.

Итак, в каждом отдельном случае душевного расстройства пастырь должен действовать с особой осторожностью, проникшись духом сострадания, внимания и внутреннего такта, без ложного оптимизма и самоуверенности.”

Нежелание признать себя душевнобольным.

“Духовник, предполагающий или знающий о наличии душевного недуга у своего пасомого, призван помочь больному правильно отнестись к психической болезни, осознать ее и активно ей противостоять, призывая его в необходимых случаях обращаться за помощью к врачу. Знание биологических законов развития психического заболевания поможет духовнику осмыслить и истолковать состояние исповедника не только духовно-мистически, но и в совокупном личностном многообразии, учитывая сложную систему взаимоотношений телесной, психической и духовной сфер бытия” (Настольная книга священнослужителя. Изд. Московской Патриархии, 1988, стр .314).

Однако, как правило, душевнобольные люди признать себя таковыми не хотят. Более того, они принципиально отказываются от врачебной помощи. Причины такого положения вещей видятся в следующем:

- искреннее непонимание своего состояния и необходимости обращения за помощью;
- духовная гордыня (“меня может исцелить только Господь!”); — ложный стыд, мешающий признать себя “ненормальным” (просто гордыня);
- недоверие к неверующим врачам (психологам, психотерапевтам);
- нежелание работать над собой, пересматривать свои взгляды, менять сложившиеся стереотипы, сложившийся невротический взгляд на мир и ценности.

“Будучи больными, — пишет протоиерей Владимир Воробьев, — они хотят чувствовать себя здоровыми и не осознают свою болезнь. Это наиболее трудные случаи. Священник должен объяснить человеку, что болезнь душевная — это не позор. Это вовсе не какое-то вычеркнутое из жизни состояние. Это крест. Такой человек чего-то не может делать так, как делают здоровые люди. Но он может смиряться и должен смиряться. Он многого не понимает, но должен слушаться. И если такому больному удастся объяснить, что он должен смиряться, тогда все в порядке. Он обязательно реабилитируется и сможет жить в Церкви благополучно. Для него не закрыто ни Царство Божие, ни жизнь благодатная. Если же такой человек смиряться не хочет, будет в своих психических срывах навязывать священнику психически нездоровую атмосферу, тогда беда. Таких людей обязательно надо лечить. Они очень часто говорят: — А почему вы благословляете пить таблетки? Разве от душевного заболевания можно лечить таблетками? Я вот пришла в Церковь, прошу благодати Божией, хочу, чтобы Бог исцелил мою больную душу. А почему вы посылаете к врачам? Что, благодать Божия не действует?”

Благодать Божия действует, и любого, даже самого больного человека, Бог может в одно мгновение исцелить от любой болезни. Хромого может сделать целым, слепого может сделать зрячим, а психически больного может сделать здоровым. Это безусловно. Но почему же Господь не делает этого? Вот ты хромой и хро-

май всю жизнь. Почему? А потому, что Господь тебя смиряет таким образом, потому, что Богом положен на тебя такой крест. А, может быть, ты сам себе этот крест когда-то выбрал.

Надо смиряться. Вот тебе не дано видеть двумя глазами, а только одним. А ты будешь глухой... Точно так же с любой другой болезнью, и с психической тоже. Господь может тебя исцелить. Но сегодня или, может быть, всю жизнь, Он хочет, чтобы ты обращался за помощью к врачу. Это вовсе не значит, что тебе не надо причащаться, и что это тебе вместо Причастия.

Нужно уметь объяснить человеку, что он должен слушаться, смиряться, должен признать себя больным и согласиться на свою больную участь. Духовная жизнь только тогда возможна, когда человек согласится признать истинное положение вещей и смирится, согласится жить с тем крестом, который Господь дал ему.”

Врач-психиатр Н. Д. Гурьев приводит примеры наиболее часто возникающих препятствий и помех в беседах психотерапевта с больными и соответствующих антитезисов означенным тенденциям. Можно предложить их читателю, несколько дополнив их в контексте обсуждаемой проблемы:

1. Попытка втянуть врача в спор о предмете беседы. — Любое настояние на своей правоте с твоей стороны неуместно и несвоевременно, т.к. зная, что правильно, а что неправильно, он не попал бы в беду и не искал бы помощи.
2. Попытка обосновать желание не следовать рекомендациям врача и не доверять ему, выявив его недостаточную компетентность, не имеющую отношения к теме беседы. — Ты ведь пришел для обсуждения своих проблем, а не для выяснения интересов врача и его мнений по каким бы то ни было вопросам.
3. Провоцирование врача на “передозировку” информации быстрым осмыслением без принятия обсуждаемого. — Давай будем следовать предлагаемому мною, а не твоему плану.
4. Выяснение конечной цели бесед врача с последующим отказом от нее как от непосильной. — Для понимания цели потребны труд и время.
5. Обсуждение духовных достоинств врача, впутывание его в бесконечные разговоры о “вычитках,” беснованиях, высказываниях духовно опытных старцев с целью уйти от решения той проблемы, с которой он пришел к врачу. — Сам доктор не нуждается в помощи пришедшего, а последний может либо разбираться в огромном блоке околодуховных вопросов, либо с медицинской помощью попытаться разобраться, что же происходит с ним на самом деле, в чем причина внутренних затруднений. Как правило, в этом случае обращению чаще всего предшествуют многократные посещения самых различных специалистов.
6. Прямое “заражение” врача своими качествами (грехами). — Внимание врача к себе и готовность противостоять тем грехам, которые замечены у больных, сознавая и свою личную доступность греху” (Н. Д. Гурьев. “Страсти и их воплощение в соматических и нервно-психических болезнях,” “Свет Православия,” 1998 г.).

Возникновение любой болезни, в том числе и психической, у верующего человека может вызвать потребность духовного осмысления, ниспосланного Богом испытания.

“В болезни человек, призвав на помощь близких и духовного отца, имеет возможность сосредоточенно подумать, проверить свою жизнь, вспомнить ошибки и падения, которые могли послужить причиной болезни. Исправляя через покаяние последствия прегрешений, верующий, таким образом, использует время болезни для духовно-нравственного очищения и усовершенствования.

Смирненное принятие болезни, терпеливое несение страданий, надежда на помощь не только врачей, а в первую очередь Того, Кто силен врачевать все болезни, характерны для истинно верующего христианина. Именно такое отношение к болезни открывает возможность духовного возрастания, смягчает труднопереносимые страдания, является источником утешения, самопознания и духовного подъема в несчастье” (Настольная книга священнослужителя. Изд. Московской Патриархии, 1988, стр. 307).

Если пастырь усмотрел наличие конкретного душевного заболевания у своего пасомого, что является одним из ответственных моментов его работы, то далее он может ставить перед больным (соответственно его болезни и силам) те или иные задачи. Именно диагностика и определение отклонений в душевном состоянии больного как психического заболевания с точки зрения медицины, а не духовно-душевной патологии в традиционно-православном понимании, врачуемой покаянием и Таинствами, является первым этапом на пути исцеления, на пути, где любая ошибка пастыря может обернуться самыми трагичными последствиями.

Необходимые психологические и психотерапевтические знания.

Для более полного и глубокого понимания различного душевного устройства людей, обрацающихся за помощью к священнику, ему необходимо иметь представление о многообразии человеческих характеров, темпераментов, личностных особенностей. Необходимо иметь в виду: если перечисленные свойства не совпадают с теми, которые присущи самому священнику, ни в коем случае нельзя “перевоспитывать” человека “по своей мерке.” Для Бога каждый человек дорог и драгоценен в своей уникальности и неповторимости.

В своих требованиях к каждому конкретному человеку пастырю желательно учитывать эти особенности. Требования духовника, которые могут быть обоснованными и уместными для одного типа темперамента, могут стать предметом преткновения для другого.

Иное дело, иной подход, если мы имеем дело с психопатиями. Само значение слова “психопатия,” по своему морфологическому строению отражает суть вопроса (“*психе*” — душа, “*патос*” — склонность. Другое значение — “сильное, глубокое чувство, близкое к страданию”). Психопатия — это дисгармоничный склад психики, стоящий между акцентированной личностью (т.е. личностью с преимущественно выраженными чертами того или другого типа) и собственно психозом. Это такие аномалии характера, которые определяют психический облик индивидуума, накладывая на весь его душевный склад свой властный отпечаток. Наиболее ярко выраженным фактором психотической личности является его социальная дезадаптация (Неуживчивость в отношениях с людьми), что выражается или в неспособности устанавливать отношения с людьми, или в постоянной конфликтности

этих отношений. В противовес психопатиям, акцентуации характера могут проявляться не всегда и не везде. Однако крайние проявления и первого и второго требуют со стороны больного трезвой оценки и покаяния, которое не только “снимает” с души последствия поступка, но и таинственным образом реально расторгает власть демонических сил, оказывающих давление на душу в реактивных состояниях. В отличие от секулярной, безрелигиозной, не учитывающей благодатного фактора в исцелении душевной болезни, христианская и пастырская психотерапия своей конечной целью имеет через воссоздание цельной личности движение к состоянию онтологической примиренности с Богом и жизни по установленным Им законам, являющимися номинальными рамками душевного здоровья.

Индивидуальность подхода.

Об индивидуальности пастырского подхода к каждому из пасомых, о необходимости близкого личного знакомства с устройением каждого духовного чада прежде начала их практического окормления советовали многие святые отцы. Вот что говорит по этому поводу преп. Иоанн Лествичник:

“Добрый воевода должен ясно знать состояние и устройство каждого из подчиненных. Может быть, некоторые из дружины его могут вместе с ним перед полком сражаться за всех сподвижников, может быть, есть способные к единоборству, которых должно возводить на путь безмолвия” (Преп. Иоанн Лествичник. Слово к пастырю, гл. 7, п. 4).

В практической деятельности пастыря, в опыте реальных отношений с верующими людьми, могут встретиться жизненные ситуации, в которых шаблонность, формализм подхода в отношении конкретного пасомого, настаивание на необходимости беспрекословного исполнения данного “благословения” и “послушания” могут привести к душевному надлому. Иногда человек не может выполнить то или иное благословение или послушание не по греховности или упрямству, а по причине того, что его особенности восприятия окружающего мира и реагирования на него иные относительно восприятия священника, дающего послушание или благословение.

Известны случаи, когда священник жизнерадостного, общительного склада характера, без труда выполняющий сложные задачи в общественной сфере, дает подобное послушание замкнутому, закрытому на мир, осторожному человеку, который, как правило, с ним не справляется.

Или еще пример. Молитвенный батюшка благословляет на “отсечение своей воли” и молчаливую жизнь человека, который не способен, по особенностям своего характера, к жизни созерцательной, но более склонен к деятельному служению. Настаивание со стороны священника и искренняя неспособность к “послушанию” со стороны доверившегося ему человека, провоцируют возникновение конфликта, а затем разочарование и разрыв. Если же учитывается вышеупомянутая разность, если воспитание духовного чада, послушника происходит с учетом этих личностных особенностей, с подстройкой под его видение и способности на конкретном этапе духовного окормления, поставленные цели достигаются гораздо быстрее.

Процесс творческого изучения психиатрии, психотерапии, клинического постижения литературы и искусства лежит в основе “Терапии Творческим Самовыражением,” интереснейшего метода лечения душевных проблем, разработанного М. Е. Бурно.

“Уже в самом начале врачебно-психиатрической работы я давал пациентам с душевными трудностями, читать-изучать мои любимые книги (По психологии и психотерапии — и. Е). В сложных местах этих книг мы вместе разбирались, уточняли особенности, характеры друг друга, размышляя, где и как вот такой характер стоит попытаться с пользой применить, чтобы жить “по себе,” в целебной творческой одухотворенности” (М. Е. Бурно. Терапия Творческим Самовыражением. Московский Психотерапевтический журнал, № 1, 1999 г).

Изучая характерные особенности, свойственные разным людям, пастырь узнает о разности людей, непохожести их душевных проявлений и творческих потенциалов. То, что в обычной жизни считается помехой, на самом деле может принести огромную пользу. В процессе такого изучения можно с удивлением отметить для себя, к примеру, что

“патологическая душевная слабость, недостаточность, может быть одновременно высокой творческой общественной ценностью, так как без этой слабости невозможна диалектически с нею связанная сила. Остается стараться делать то свое сильное, к чему предрасположен по природе, и не делать того, что, при громадной затрате времени и сил, все равно будет получаться, во всяком случае не лучше, чем у других” (М. Е. Бурно).

Ниже приводятся примеры особенностей личностного устройства людей, выявленные в психологической науке и встречаемые в современной церковной жизни, а также варианты решения тех или иных затруднений, встречающихся в пастырской практике.

Темперамент.

Одной из самых древних классификаций является выделенная Гиппократом классификация по принципу темпераментов: сангвник, флегматик, холерик и меланхолик.

Сангвник — характеризуется высокой активностью, энергичностью, живостью движений и богатством выразительных движений, мимики. Общителен, при необходимости легко меняет одно занятие на другое. В проблемных ситуациях реагирует адекватно и конструктивно. Любит точность, основательность, объективность. Обычно хорошо обучаем. При неблагоприятных условиях и отсутствии воспитания у сангвника могут развиться поспешность, поверхностность, легкомыслие. Наиболее характерный пример сангвника — ребенок.

Некоторые психотерапевтические методики направлены на то, чтобы возродить, обрести в глубинах душевной жизни ощущение детской непосредственности и чистоты восприятия окружающего мира и жизни. Сангвинистическая радость — вот награда, которая следует за этим сложным процессом возвращения к себе.

Флегматик — тип темперамента, характеризующийся спокойствием и ровным настроением. Обычно он медлителен и рассудителен. В работе последователен и терпелив. Не склонен к товариществу, предпочитает одиночество. Общение сводит к выяснению “главного.” Верен себе и своему кругу. Флегматика можно убедить только логическими доводами.

Холерик — активный, энергичный, быстрый, резкий, порывистый, безудержный. Обычно он склонен к быстрым сменам настроения, вспыльчивый, подвержен эмоциональным срывам, иногда агрессивен.

Меланхолик — его характеризуют низкий уровень психологической активности, замедленность движений, сдержанность речи и быстрая утомляемость. Никогда не делает больше того, что ему велено, с готовностью откладывает на завтра то, что можно сделать сегодня. Меланхолика могут отличать высокая эмоциональная активность, глубина и устойчивость эмоций при слабом его внешнем выражении. Могут развиваться ранимость, замкнутость.

Для облегчения определения темперамента можно привести таблицу:

| | Сангвиник | Флегматик | Холерик | Меланхолик |
|------------------|-----------|-----------|---------|------------|
| Жизненная сила | + | + | + | — |
| Уравновешенность | + | + | — | — |
| Подвижность | + | — | + | — |

Священник Анатолий Гармаев считает, что

“люди различны по своему темпераменту. Южные народы отличаются своим темпераментом от северных, детский темперамент — от взрослого. Темперамент — это человеческое свойство, он не является грехом.

Стоит только посмотреть, как радуются дети — у них все тело радуется вместе с душой. Некоторый взрослые будто в панцирь закованы: если душа радуется, то в теле — ни звука. Трудно узнать — радуется человек или нет, он научился владеть своим телом в своей гордости и самодостаточности. Но разве это церковное свойство? — Нет. Церкви свойственна простота. Как святые угодники Божий радовались? Они радовались всем своим существом. Это свойство уже облагороженного темперамента, в котором присутствует полнота телесной, душевной и духовной радости. Такой человек целен в своей радости, а не разделен в скудости каких-то своих установок: “Я, мол, православный, я церковный, я не должен ни улыбнуться, ни посмеяться, ни губой шевельнуть, ни рукою подвинуть. Я весь благочестивый до самых корней волос.” Радость живая не противна темпераменту, а темперамент не противен благодати” (Священник Анатолий Гармаев. Пути и ошибки новоназначенных (беседы в паломническом рейсе), “Свет Православия,” Готовится к изданию в 1999 г).

О влиянии особенностей характера на религиозную жизнь человека говорит митрополит Антоний Сурожский:

“Суровый человек и святым будет суровым, а мягкий человек будет мягким святым. Но суровость без любви — одно, а суровость с любовью — другое. То есть суровость при глубокой любви может превратиться в очень большую строгость к себе, в стройность жизни или хотя бы перестанет быть мучением для других. Судя по тому, что мне приходилось читать, я не думаю, что человек просто делается иным в том смысле, что его природные свойства или дарования меняются на обратные; но все же они меняются. Скажем, мягкость может быть слабостью или состра-

данием, сочувствием, лаской; и вот, слабость должна уйти, а ласка, сострадание должны ее заменить. Наши свойства сами по себе большей частью нейтральны, и поляризуются в зависимости от того, в какую сторону мы смотрим, каков наш идеал, какова наша направленность” (Московский Психотерапевтический Журнал, № 4 за 1994 г., стр. 164—165).

Повсеместной ошибкой новоначальных христиан, и даже пастырей, занимающихся душепопечением, видится настойчивая попытка психологической ломки себя под единственный (якобы православный) тип темперамента — меланхолический. Такая установка пастыря-духовника или же самоустановка воцерковляющегося человека создает тяжелую, неправдивую атмосферу в жизни церковной. Повсеместно, в храмах, среди слушников монастырей можно наблюдать людей, сориентированных на меланхоличность как на якобы православный тип характера, сломав при этом в себе от Бога данные неповторимые особенности личности.

Важнейшей душепопечительной задачей пастыря по оздоровлению психологической напряженности приходской или монастырской жизни является снятие подобной установки. Пастырь может помочь человеку раскрыть в себе естественные, Богом данные, человеческие свойства и проявления, при обретении навыка отличия естественно-человеческого от греховного, а также помочь ему раскрыть в себе глубокое, подлинное, уметь ориентироваться на реальное действие.

Характерологические особенности.

Священнику (настоятелю, духовнику) в своей деятельности часто приходится встречаться с людьми, которые имеют так называемые акцентуации характера.

Характерологические особенности (акцентуации характера) — чрезмерная выраженность отдельных черт характера и их сочетаний, представляющая крайние варианты нормы, граничащие с психопатиями.

Акцентуации характера свойственна уязвимость личности по отношению не к любым (как при психопатиях), а лишь к определенному роду психотравмирующим воздействиям, адресованным к так называемому “месту наименьшего сопротивления” данного типа характера при сохранении устойчивости к другим. В зависимости от степени выраженности различают явные и скрытые. Акцентуации характера могут переходить из одной в другую под влиянием различных факторов, среди которых важную роль играют особенности семейного воспитания, социального окружения, профессиональной деятельности, физического здоровья. Оформляясь к подростковому возрасту, большинство акцентуаций характера, как правило, со временем сглаживаются, компенсируются. И лишь при сложных психогенных ситуациях, длительно воздействующих на “слабое звено” характера, могут не только стать почвой для острых аффективных реакций, неврозов, но и явиться условием формирования психопатических развития.

Поскольку акцентуации характера граничат с соответствующими видами психопатических расстройств, их типология базируется на детально разработанной в психиатрии классификации психопатий, отражая, однако, и свойства характера психически здорового человека. На основании различных классификаций (Леонгард К., Ганнушкин П. Б. и др.) выделяются следующие основные типы акцентуаций:

Циклоидный — чередование фаз хорошего и плохого настроения с различным периодом;

Гипертимный — постоянно приподнятое настроение, повышенная психическая активность с жадой деятельности и тенденцией разбрасываться, не доводя дело до конца;

Лабильный — резкая смена настроения в зависимости от ситуации;

Астенический — быстрая утомляемость, раздражительность, склонность к депрессиям и ипохондрии;

Сенситивный — повышенная впечатлительность, боязливость, обостренное чувство собственной неполноценности;

Психастенический — высокая тревожность, мнительность, нерешительность, склонность к самоанализу, постоянным сомнениям и рассуждениям;

Шизоидный — отгороженность, замкнутость, интроверсия, эмоциональная холодность, проявляющаяся в отсутствии сопереживания, трудностях в установлении эмоциональных контактов, недостаток интуиции в процессе общения;

Эпилептоидный — склонность к злобно-тоскливому настроению с накапливающейся агрессией, проявляющейся в виде приступов ярости и гнева (иногда с элементами жестокости), конфликтность, вязкость мышления, скрупулезная педантичность;

Застревающий (паранойальный) — повышенная подозрительность и болезненная обидчивость, стойкость отрицательных аффектов, стремление к доминированию, неприятие мнения других и, как следствие, высокая конфликтность;

Демонстративный (истероидный) — выраженная тенденция к вытеснению неприятных для человека фактов и событий, к лживости, фантазированию и притворству, используемым для привлечения к себе внимания, характеризуемая авантюристичностью, тщеславием, “бегством в болезнь” при неудовлетворительной потребности в признании;

Дистимный — преобладание пониженного настроения, склонность к депрессии, сосредоточенность на мрачных и печальных сторонах жизни;

Неустойчивый — склонность легко поддаваться влиянию окружающих, постоянный поиск новых впечатлений, компаний, умение легко устанавливать контакты, носящие, однако, поверхностный характер.

Конформный — чрезмерная подчиненность и зависимость от мнения других, недостаток критичности и инициативности, склонность к консерватизму.

В отличие от “чистых” типов, значительно чаще встречаются смешанные формы акцентуации характера как результат одновременного развития нескольких типических черт и амальгамные (наслоение новых черт характера на уже сложившуюся структуру).

Экстраверсия — интроверсия.

Существует также типологическая модель психологической классификации по принципу соотнесения внутреннего и внешнего в человеческом сознании, предложенная К. Юнгом.

В случае, когда чья-либо сознательная ориентация определяется фактами, получаемыми из внешнего мира, человек может быть условно отнесен к экстравертной ориентации.

Экстраверсия характеризуется интересом к внешнему объекту; отзывчивостью и готовностью к принятию внешних событий и ситуаций, желанием влиять на них и находиться под их влиянием, потребностью присоединяться и быть “в,” способностью терпеть суматоху и шум любого рода и даже находить в этом радость; постоянным внима-

нием к окружающему миру, стремлением иметь друзей и знакомых, не очень тщательно их выбирая, и, в конечном итоге, сильной привязанностью к выделенной для себя фигуре, и, следовательно, мощной тенденцией демонстрировать самого себя. Соответственно философия жизни экстраверта и его этика имеют, как правило, в высокой степени коллективную природу с сильной альтруистической чертой, и его нравственное начало, категория совести являются в значительной мере зависимыми от общественного мнения... Его религиозные убеждения могут определяться большинством голосов.

В общем, экстраверт полагается на получаемое из внешнего мира и также не склонен подчинять личные мотивы критической проверке.

У экстравертной личности нет секретов, он не хранит их долго, поскольку делится ими с другими. Если, тем не менее, случается что-то, не могущее быть упомянуто, он предпочтет это забыть. Избегается все, что может сделать тусклым парад оптимизма и позитивизма. Все, о чем он думает, к чему намерен и что делает, производит впечатление уверенности и теплоты.

Психическая жизнь экстраверта разыгрывается снаружи, непосредственно как реакция на окружающую среду. Он живет в других и через других; любое самообщение приводит его в содрогание. Опасности, гнездящиеся во внутреннем диалоге, лучше всего топят шумом. Если у него даже и есть какой-то “комплекс,” он находит убежище в социальном кружении и разрешает себе быть уверяемым (по несколько раз в день), что все в порядке. В том случае, если он не слишком хлопотун, не слишком вторгается в чужие дела, если он не сверхинициативен и не слишком поверхностен, то может с лихвой быть полезным членом сообщества.

Отличительной чертой **интроверсии**, в отличие от экстраверсии, которая прежде всего связывается с объектом и данными, исходящими из внешнего мира, является ориентация на внутренние личностные факторы.

Человек этого типа может сказать: “Я знаю, что доставил бы своему отцу величайшее удовольствие, если бы поступил так-то и так-то, но как-то все не получается об этом подумать...” Или: “Я вижу, что погода портится, но, несмотря на это, буду действовать согласно своему плану.” Этот тип не путешествует ради удовольствия, а всегда с заранее обдуманной идеей... На каждом шагу должны быть получены санкции субъекта, иначе ничего не может быть предпринято или выполнено. Он всегда должен доказывать, что все им делаемое основывается на его собственных решениях и убеждениях, и что никто никогда на него не влияет, а он не стремится кому-то понравиться или примирить чье-то лицо или мнение.

Естественно, интровертное сознание может быть достаточно хорошо осведомлено о внешних условиях, но субъективные факторы оказываются решающими в качестве движущей силы, мотива. В то время как экстраверт реагирует на то, что приходит субъекту от объекта (внешняя реальность), интроверт связан, главным образом, с впечатлениями, вызываемыми объектом у субъекта (внутренняя реальность).

Интроверт не идет вперед, не приближается, он как будто бы находится в постоянном отступлении перед объектом. Он держится в стороне от внешних событий, не вступает в них, сохраняя отчетливую неприязнь к обществу, как только оказывается среди большого количества людей. В большом собрании он чувствует себя одиноким и потерянным. Чем многочисленней коллектив, тем сильнее возрастает его сопротивление. Он ни в малейшей степени не стремится быть “с ними” и не проявляет никакого радостного энтузиазма от людской сплоченности. Он человек необщительный. Он все делает своеобычным

образом, забаррикадировавшись от влияния со стороны... Он легко становится недоверчивым, своевольным, часто страдает от неполноценных чувств и по этой причине всегда завистлив. Он противостоит миру с тщательно разработанной оборонительной системой, составленной из добросовестности, щепетильности, педантичности, умеренности, бережливости, осторожности, болезненной совестливости, твердой честности и прямоты, вежливости и открытого недоверия... В нормальных условиях он пессимистичен и озабочен, потому что мир и люди в нем ни капельки не добры к нему, но, наоборот, стремятся его сокрушить...

Его собственный мир — это безопасная гавань, заботливо выращенный за крепкой стеной сад, закрытый для публики и спрятанный от любопытных глаз. Самой лучшей остается своя собственная компания.

Неудивительно, что интровертная установка часто рассматривается как эгоцентрическая, эгоистическая и даже патологическая. Но, по мнению Юнга, такое отношение отражает обычное пристрастие экстравертной установки, которая, по определению, убеждена в превосходстве объекта.

“Никогда не следует забывать, — пишет К. Юнг, — а экстравертное воззрение забывает это слишком легко, — что всякое восприятие и познание обусловлено не только объективно, но и субъективно. Мир существует не только объективно, но и субъективно. Мир существует не только сам по себе, и в себе, но и так, как он мне является. Да, в сущности, у нас даже совсем нет критерия, который помог бы нам судить о таком мире, который был бы не ассимилируем для субъекта. Упустить из виду субъективный фактор значило бы отрицать великое сомнение в возможности абсолютного познания. Его повело бы на путь того пустого и пошлого позитивизма, который обезобразил конец прошлого и начало нынешнего века, и, вместе с тем, к той интеллектуальной нескромности, которая предшествует грубости чувств и столь же тупоумной, сколь и претенциозной насильственности. Переоценивая способность к объективному познанию, мы вытесняем значение субъективного фактора, даже прямое значение субъекта как такового.”

Под “субъективным фактором” Юнг понимает “тот психологический акт или ту реакцию, которые сливаются с воздействием объекта — в новое психическое состояние.” Например, раньше обычно думали, что так называемый научный метод полностью объективен, но теперь стало ясно, что наблюдение и интерпретация любых данных искажаются субъективной установкой наблюдателя, который неизбежно втягивает в само исследование и свои собственные ожидания и свое психологическое предрасположение.

Юнг указывает, что наше знание прошлого зависит от субъективных реакций тех, кто переживает и описывает происходящее вокруг них. В этом смысле субъективность представляется как реальностью, прочно основанной на традиции и опыте, так и ориентацией по отношению к объективному миру. Другими словами, интроверсия не менее “нормальна,” чем экстраверсия.

Конечно, и экстраверсия и интроверсия являются относительными. Там, где экстраверт видит интроверта асоциальным, неспособным или неготовым адаптироваться к “реальному” миру, интроверт осуждает экстраверта как пустого, лишенного внутренней глубины. Суждения по поводу той или иной установки в равной степени высказываются и

той и другой стороной, поскольку каждая обладает своей силой и имеет свои слабости. (Психология и психоанализ характера. Сборник под ред. Д. Я. Райгородского).

В отношениях с людьми священнику необходимо учитывать немаловажный фактор внутренней или внешней ориентированности людей.

В контексте церковной жизни в определенном смысле можно утверждать, что экстраверты — люди, ориентированные более на деятельное служение, интроверты — на созерцательное. Наиболее типичным примером первого и второго в контексте Евангельской истории могут быть **Марфа** и **Мария**. По толкованию святых отцов, служение и первой и второй были угодны Христу Спасителю. Однако важным и необходимым является контекст— умение вовремя перестроиться сообразно изменению ситуации. На священнике лежит ответственнейшая задача при коррекции поведения своих пасомых, у которых крайние проявления экстраверсии или интроверсии могут стать помехой на путях решения возникающих жизненных ситуаций.

Формы и методы пастырской работы с людьми.

Людей, имеющих характерологические особенности, можно условно подразделить на группы и типы, к каждой из которых требуется особый индивидуальный подход.

Ниже мы приводим основные признаки поведения людей, имеющих характерологические особенности, и некоторые замечания по формам пастырского применения в каждом конкретном случае.

Вполне уместно предварить дальнейшую часть книги словами Евангелия: *“Кто же скажет брату своему: безумный, подлежит геенне огненной”* (Мф. 5:22).

Многие употребляемые в психиатрии термины в бытовой, разговорной речи несут несколько иные смысловые оттенки. Пастырь, как уже было упомянуто выше, должен остерегаться опрометчиво и мимоходом ставить всякого рода “клише” и “диагнозы” своим пасомым. Умноженная на обостренное восприятие подобная постановка диагнозов может создавать психологические препятствия для выхода из такого болезненного состояния.

Приводимая классификация не является отражением собственно психических заболеваний в их развернутом виде. Так, из циклоидов не всегда получаются маниакально-депрессивные психотические больные, как и из шизоидов — шизофреники. Знание отслеженных в научной психиатрии психопатий поможет пастырю более тонко и корректно отнестись к своим подопечным, подсказать выход из создавшегося тупика религиозной жизни, содействовать своим советом более эффективной адаптации в семейной и трудовой жизни.

Группа циклоидов.

Депрессивные. В чистом виде эта группа немногочисленна. Речь идет о лицах с постоянно пониженным настроением. Картина мира как будто покрыта для них траурным флером, жизнь кажется бессмысленной, во всем они отыскивают только мрачные стороны. Это прирожденные пессимисты. Всякое радостное событие сейчас же отравляется для них мыслью о непрочности радости, от будущего они не ждут ничего, кроме

несчастья и трудностей, прошлое же доставляет только угрызения совести по поводу действительных или мнимых грехов, совершенных ими.

Они чрезвычайно чувствительны ко всяким неприятностям, иной раз очень остро реагируют на них. Кроме того, какое-то неопределенное чувство тяжести на сердце, сопровождаемое тревожным ожиданием несчастья, преследует многих из них постоянно. Другие никак не могут отделаться от уверенности в своей собственной виновности, окрашенной для них чрезвычайно тяжелым чувством воспоминания о самых обычных поступках юности.

Им кажется, что окружающие относятся к ним с презрением, смотрят на них свысока. Это заставляет их сторониться других людей, замыкаться в себе. Иной раз они настолько погружаются в свое самобичевание, самокопание, так непохожее на радостотворный плач покаяния, являющийся сердцевинной душевного делания в святоотеческом понимании, что совсем перестают интересоваться окружающей действительностью, делаются к ней равнодушными и безразличными. Вечно угрюмые, мрачные, недовольные и малоразговорчивые, они невольно отталкивают от себя даже сочувствующих им, замыкая тем самым создаваемый ими порочный круг “меня никто не любит.”

Однако за этой угрюмой оболочкой может теплиться доброта, отзывчивость и способность понимать душевные движения других людей. В тесном кругу близких, окруженные атмосферой сочувствия и любви, они приоткрываются: делаются веселыми, приветливыми, разговорчивыми, даже шутниками, для того, однако, чтобы, едва проводив своих гостей или оставив веселое общество, снова приняться за мучительное копание в своих душевных ранах.

Во внешних их проявлениях, в движениях, в мимике большей частью видны следы какого-то заторможения: опущенные черты лица, бессильно повисшие руки, медленная походка, скупые, вялые жесты — от всего этого так и веет безнадежным унынием. Какой бы ни была работа, деятельность по большей части им неприятна, и они скоро от нее утомляются. Кроме того, в сделанном они замечают преимущественно ошибки, а в том, что предстоит — столько трудностей, что в предвидении их невольно опускаются руки. К тому же большинство из них обычно неспособно к продолжительному волевому напряжению и легко впадает в отчаяние. Всякая работа под чьим-либо волевым началом воспринимается ими как нарушение их свободы, подавление личности, однако, если им будет предоставлена инициатива самостоятельных действий, они, как правило, не оправдывают доверия и показывают неспособность трудиться самостоятельно. Все это делает их крайне нерешительными и неспособными ни к какой действенной инициативе.

У некоторых из описываемых нами людей внутренняя угнетенность и заторможение до некоторой степени компенсируются направленным вовне волевым напряжением, чрезвычайно трудно, однако, им дающимся: нередко можно видеть, как в минуту усталости или ослабления воли с них спадает надетая на действительное “Я” маска, обнажая подлинное их лицо,— и место веселого балагура занимает полный безнадежного внутреннего отчаяния меланхолик.

Часто такого рода люди уже в детстве обращают на себя внимание своей задумчивостью, боязливостью, плаксивостью и капризностью. Периодом, в котором у них особенно ярко выявляются депрессивные черты, бывает возраст полового созревания. В это время у подростков, казавшихся раньше совершенно нормальными, наступает сдвиг в строении: до того веселые, общительные, живые, они начинают ощущать тяжелый внутренний разлад, появляются мысли о бесцельности существования, тоскливое настроение

и все другие перечисленные выше особенности, чтобы с тех пор, то усиливаясь, то ослабевая, сопровождать человека уже до старости. Они или постепенно смягчаются, или же, наоборот, усиливаются до того, что принимают явно психотические формы. Нередко жизненный путь этих людей преждевременно обрывается самоубийством, к которому они словно готовы в любую минуту жизни. Наконец, в ряде случаев на основном фоне время от времени развиваются психотические вспышки: или маниакальные, или депрессивные.

Таких пасомых пастырь должен окружить особым участием. Ему желательно обратить их внимание прежде всего на радости, которую несут Православие, Евангелие, жизнь церковная. Пастырю необходимо запретить таким больным (до определенного времени) чтение серьезной аскетической литературы. Лучшими пособиями по вопросам духовной жизни для них могут стать Жизнеописания подвижников благочестия, жития святых, книги прав. Иоанна Кронштадтского, сборники легких, радостных, афористичных высказываний, не требующие чрезмерной погруженности в область глубокого сокрушения, самоукоренения. В святоотеческих же книгах они, как правило, ищут оправдание и подтверждение своему пессимизму и унынию, ложно понимаемому как состояние подлинной, “покаянной,” духовной жизни, поэтому подобное чтение таит для них опасность, состоящую в подтверждении “безнадежности” и “неисправимости” собственной жизни, но уже с проекцией на религиозную систему ценностей.

Важно научить пасомого уменью “переключаться” из состояния депрессии в состояние упования, надежды, молитвы. Здесь очень желательно рекомендовать чтение акафистов, побуждающих человека к сорадованию святым. Как правило, выход из депрессии в молитву затруднителен. Поэтому иногда лучше предложить человеку найти посильную физическую работу на благо прихода или монастыря, но не отягощаемую усилиями по практическому решению организационных задач, связанных с ее выполнением.

Однако самое главное — наполнить жизнь такого человека смыслом. И если духовные смыслы бытия окажутся для такого человека высокими и непосильными, то радость жизни в жертвенном служении другим людям, радость дарения себя другим без остатка, может даровать надежный выход из депрессивной тьмы. Убежденность в том, что отдавать, быть полезным другим, делать мир лучшим для других — хорошо, дает человеку новый мощный источник смысла жизни. Это самоочевидная истина как для верующего, так и для неверующего человека.

Не меньшим потенциалом для вывода человека из депрессивной тьмы к свету ответственного отношения к себе самому и окружающим людям может служить творчество. Создание человеком нового, чего-то отмеченного новизной или красотой и гармонией, — мощное противоядие ощущению депрессивной бессмысленности. Переживание депрессивной тоски и бессмысленности давало многим выдающимся писателям, художникам, музыкантам импульс силы для творческого поиска. Творческий подход к обучению, приготовлению пищи, игре, учебе, садоводству, даже бухгалтерии, дает жизни как бы новое дыхание, выводит человека из мрака уныния и отчаяния.

Однако для того, чтобы помочь пасомому обрести себя заново, выйти из замкнутого круга саморефлексии, пастырь должен прежде глубоко почувствовать человека, понять и услышать его внутреннее состояние, его внутренний запрос, тот путь выхода из жизненного тупика, который предназначен ему Божественным промыслом.

Эгоцентрики. В монастырях и на приходах довольно часто можно встретить людей, которые твердо уверены, что кроме них нет никого, кто бы страдал так сильно и был бы более

несчастен чем они. Рассказывать им о страданиях других людей совершенно бессмысленно. И если на попечении пастыря появится человек с таким настроением, то обычно уходит очень много сил для того, чтобы успокоить его, уговорить его не отравлять своим нытьем атмосферу приходской или монастырской жизни. Эгоцентрически настроенных людей можно сразу же узнать по частому использованию местоимений “я,” “мой,” и прилагательных, детально рисующих тяжесть их внутренних переживаний.

Во время беседы с ними, создается впечатление, что они полностью закрыты в скорлупе, состоящей из сплетенных ими страданий, конфликтов и обид. Они не могут выбраться из этой скорлупы, а внешний мир соприкасается с ними через многократно перепутанное переплетение их травматических переживаний.

Поворотным пунктом их обращения к реальности окружающего мира, является попытка разбить эту эгоцентрическую скорлупу. Если человек увидит страдания других, еще более несчастных, чем он сам, тогда можно надеяться, что наступил момент перелома его эгоцентрического настроения, и человек начнет более критически относиться к себе.

“Эгоцентрист стремится утилизировать мир, в том числе и горний, для себя, для своих удобств и выгоды” (Начала христианской психологии, М., “Наука,” 1995 г., стр. 45).

Эгоцентрик может не только подавлять, но и раздражать окружающих людей и определенным образом задевать их. Каждый человек индивидуален, но совокупность внутренних миров создает общество, в нашем случае — общество церковных людей. Общественные отношения требуют некоторого отрешения от личных потребностей, включенность в потребность ближних. Если человек слишком заиклен на своих переживаниях и проблемах, то он рискует оказаться в полном одиночестве, исключенным из круга общения с другими.

У каждого человека в жизни встречаются обиды, конфликты, проявления различных положительных или отрицательных чувств. Но особенность эгоцентричных людей в том, что они постоянно подчеркивают непохожесть своих страданий и переживаний, и тем самым постоянно обращают на себя внимание.

Духовник и близкие люди дают им советы: “нужно взять себя в руки” или совет: “с каждым человеком такое случается,” или “не нужно думать только о себе.” Однако эти советы не приносят таким людям облегчения, а иногда еще больше злят и заставляют замыкаться в себе.

В психологической науке прослежен механизм, называемый “переносом” (этому будет посвящена отдельная глава), внешние проявления которого могут обратить на себя внимание пастыря. Человек, обретающий на своем жизненном пути внимательного и чуткого духовника, совершает некоторое возвращение в “детское” состояние и поведение. С радостью принимая душевную опеку человека, взявшего на себя труд духовничества, он на какое-то время занимает позицию “беру.” Поэтому в какой-то момент душепопечения пастырь должен быть готов к проявлениям сыновних чувств, сыновнего отношения к себе со стороны пасомого. Однако в некоторых случаях это отношение может начать проявляться как детский эгоцентризм и превысить все допустимые границы. Дело доходит до совершенно грубых претензий, предъявляемых к священнику.

Греховный эгоцентризм проявляется обычно в таких словах: “никто меня не понимает,” “никто мне не хочет помочь,” “все священники одним миром мазаны,” “духовник жесток и бесчеловечен.” Причем все положительные проявления со стороны духовника или со стороны других людей в это время совершенно забываются.

Эгоцентричный человек чувствует себя в этом мире неуверенно, считая всех окружающих более здоровыми и счастливыми. Он жаждет понимания и внимания со стороны людей, ожидает постоянных внимательных вопросов по отношению к его жизни, душевному состоянию и здоровью. Если в течение дня он не получает определенного количества этих вопросов, если у него нет возможности рассказать о своей несчастью определенному количеству людей, день его заканчивается полным расстройством и подавленностью.

Контакты таких людей с окружающим миром всегда болезненны. Ведь такой человек, в отличие от телеснобольного, у которого больна только одна часть: рука, нога или голова, — болен весь. Его душевное состояние таково, что в душе как бы отсутствует та часть, которая могла бы стать для него здоровой опорой в его бедственном положении.

Греховный эгоцентризм может стать жизненной позицией человека. Чувство болезни овладеет со временем всем его организмом. Человек будет постоянно занят только самим собой. Ему некогда заниматься никем и ничем, так как его контакты с другими людьми трудны и болезненны.

Порой такому человеку кажется, что с него сняли кожу, его все ранит, ибо каждое общение, каждая встреча должна пройти через его душу, а душа его ранена и больна.

Греховный эгоцентризм особенно сильно раздражает окружающих, ввергая их в гнетущую атмосферу. Жить полноценно, иметь в жизни цель и трудиться над ее достижением, невозможно, если постоянно ощущаешь себя больным. Ощущая себя больным, человек не в состоянии собраться, не в состоянии ничего делать. Хотя, если священник отправит его к врачу, то при объективном обследовании врач не обнаружит никаких патологических изменений, ни в теле, ни в психико-клиническом состоянии.

В чем же состоит это чувство греховного эгоцентризма, которое вынуждает человека заниматься только собой, своими страданиями и отстраняет его от нормальной жизни? В том, что главное в его настрое — переживание собственного “Я.” “Я болен, — говорит обычно такой человек, — зачем вы ко мне пристали, что вам от меня надо?”

Греховный эгоцентризм выражает протест против промысла Божия, против собственной жизни. В нем заключена агрессия по отношению к самому себе и ко всему миру. Эгоцентризм — это не эгоизм, при котором ведется борьба за свои права, нередко за счет других людей. При эгоцентризме отношение к самому себе двойственно: “Люблю” и “Не ненавижу” одновременно. Это слишком болезненное эмоциональное сочетание появляется в виду того, что чувства у такого человека блокируются при выходе их вовне.

В общении пастыря с эгоцентриками важно понять суть их эмоционального конфликта с другими близкими для них людьми. Разрядка негативных чувств по отношению к близким, бесконечные жалобы на то, “какие они все черствые,” во время бесед со священником доставляет этим людям определенное чувство облегчения.

Нередко можно встретить людей, которые страдают греховным эгоцентризмом и приходят к священнику для того, чтобы вылить обиду, горечь, злобу на других братьев или сестер. И как только обида вылита, состояние их заметно улучшается. Хотя при этом никакого осознания своей доли вины в конфликте не происходит.

В регулярном спокойно-доверительном общении со священником эгоцентрическое настроение может уменьшиться: со временем появится более объективный взгляд на самого себя.

Эгоцентризм, вопреки сложившемуся мнению, не носит черт самовлюбленности. Собственное “Я,” которым человек постоянно занят и требует ото всех, чтобы и они обра-

тили на него внимание, не оценивается как источник приятных ощущений, а вызывает беспокойство и противоречивые чувства, в которых доминируют чувства негативные. Определенная стабилизация эмоционального отношения к самому себе, наступающая после общения с мудрым и любящим священником посредством упорядочивания своих чувств и душевных состояний, влияет на положительное изменение эгоцентрика в его эмоциональном отношении к окружающим. Если человек находится в правильном отношении к самому себе, ему легче любить других людей. И в связи с этим, таким людям нередко приходится напоминать о том, что возлюбить ближнего можно только непременно возлюбив самого себя, лучшее, духовное, богодарованное в самом себе. Таким образом, греховный эгоцентризм представляет собой нарушенное правильное отношение к самому себе.

Для человека, страдающего греховным эгоцентризмом, центральным пунктом отчета в пространстве и времени является собственное “Я.” И от этого пункта измеряется дистанция времени и пространства.

В действительности такое отношение к собственной персоне ставит под угрозу как общественную, так и религиозную жизнь человека. В затруднительной ситуации такой человек выбирает свое “хочу,” свое “трудно,” которое у него доминирует над теми или иными “нужно,” “необходимо.” Ощущение себя “центром Земли” тем сильнее, чем превалирует позиция “беру” над позицией “даю.”

В первом случае представляется, что окружающий мир “дает,” исполняет все желания человека, служит ему. Во втором, окружающий мир встает напротив, как сотрудник, от которого нельзя только “брать,” но которому можно дать что-то от своего, тем самым преодолев греховный эгоцентризм. Если эгоцентричный человек начнет узнавать во внешнем мире сродных, похожих на себя других людей, то он несомненно придет в равновесие между “беру” и “даю.”

Отношения эгоцентрика с окружающим миром необходимо сориентировать на понимание, любовь, сотрудничество, осознание необходимости построения отношений, уменьшение эгоцентрических греховных состояний.

Еще одним фактором, уменьшающим эгоцентрическое напряжение, могут быть поиски выхода из создавшегося тупика. У некоторых людей, страдающих греховным эгоцентризмом, создается впечатление, что они оказались в каком-то тупике. Пастырю нужно умело и чутко вложить в сердечное восприятие человека осознание того, что любой тупик — это остановка перед следующей, возможно более высокой ступенькой вверх. Но если человек согласится на тупик, то эта ступенька будет ступенькой вниз. Всякая творческая активность в этом состоянии, хотя бы в рамках телесного послушания, уменьшает эгоцентрическое состояние и облегчает для человека выход из состояния греховного эгоцентризма, через служение. Итак, сначала телесное, внешнее служение, затем и человеческое участие в жизни других людей.

Итак, для помощи эгоцентриков пастырю необходимо большое терпение и усердие. Только после выхода из греховной скорлупы эгоцентризма человек может обрести правильное понимание своего предназначения в этом мире, своих отношений с Богом и ближними.

Возбужденные (гипертимные). Эта группа представляет полярную противоположность описанным выше. Одной из самых интересных ее особенностей является то обстоятельство, что представители ее в нередко выраженных случаях практически считаются вполне

здоровыми и действительно вряд ли могут быть причислены к людям, доставляющим страдания себе или обществу.

С детства они начинают проявлять себя как подвижные, неугомонные, отличающиеся недостатком чувства дистанции по отношению ко взрослым. Воспитатели и учителя постоянно на них жалуются. Они совершенно не терпят как рамок строго регламентированного дисциплинарного режима, так и состояния одиночества, в котором не имеют возможности собирать со своих сверстников столь им необходимые лавры восторженных реакций на их вызывающие поступки. Мелочный контроль, повседневная опека, наставления и нравоучения со стороны взрослых вызывают усиление борьбы за самостоятельность, нарочитые нарушения. С детства представители этой группы не умеют и не хотят рассчитывать свои материальные средства, охотно берут в долг, не думая, что им придется когда-то расплачиваться.

Если пастырю приведут такого подростка для беседы, самой большой ошибкой с его стороны будет повторение уже давно известных фраз о “послушании родителям и хорошем поведении в школе.” Мудрый батюшка примет его и сумеет полюбить его таким, каков он есть. И если добрые, теплые человеческие отношения между подростком и пастырем установятся, то сам этот факт может стать решающим в некотором выравнивании и периодической легкой коррективке аномалий характера.

Такого подростка вовсе не обязательно подталкивать к исповедальному аналою. Глубокие чувства осознания, раскаяния для них труднодостижимы. Осознания своих поступков, как доставляющих огорчение окружающим, вполне достаточно. Если у родителей хватит мудрости и такта не перегружать гипертимного подростка нравоучениями, ограничившись установлением теплых, доверительных отношений со священником, со временем они станут важным фактором, который, возможно очень нескоро окажет положительное влияние на формирование душевного мира подростка.

Что касается взрослых, то это большей частью неравномерно одаренные люди, которые изумляют окружающих гибкостью и многосторонностью своей психики, богатством мыслей, часто художественной одаренностью, душевной добротой и отзывчивостью, а главное — всегда веселым настроением. Они могут быть и в церковной среде, однако, их церковность чаще всего имеет поверхностный, неглубокий характер. Гипертимики больше хотят удивить всех теми или иными проявлениями своей церковной жизни и болезненно реагируют, если люди не оценивают их по достоинству. Они быстро откликаются на все новое, энергичны и предприимчивы. “Они оптимисты, самоуверенные, деятельные, но при этом поверхностные и легкомысленные люди. Чувство покаяния и плача о грехах им не дано от природы. Им необходимо прививать чувство угрызения совести, самоконтроля, ощущения греха и стремления к покаянию.”

(Настольная книга священнослужителя. Изд. Московской Патриархии, 1988, стр. 316).

При более близком знакомстве с ними, наряду с перечисленными положительными чертами, в духовном облике гипертимных людей обращает на себя внимание то, что обычно внешний блеск иной раз соединяется с большой поверхностностью и неустойчивостью интересов, которые не позволяют вниманию надолго задерживаться на одном и том же предмете. Общительность переходит в чрезмерную болтливость и постоянную потребность в разнообразии впечатлений. В работе им не хватает выдержки, а предприимчивость ведет к построению воздушных замков и грандиозных планов, полагающих начало широковещательным, но редко доводимым до конца начинаниям, если они требуют ежедневного кропотливого труда, чуждого внешней эффектности. Ответствен-

ность таких людей за свои слова, поступки, деловые отношения, обещания чаще всего близка к нулевой отметке.

Гипертимики очаровывают своим остроумием, приветливостью и открытым характером. Но, тем не менее, с ними не всегда легко поддерживать деловые отношения: помимо того, что их обещаниям верить нельзя, многие из них о себе чрезвычайно высокого мнения. Поэтому они с большим неудовольствием выслушивают возражения против высказываемых ими мыслей или критические замечания по поводу развиваемых ими проектов. Однако себе они позволяют насмешки и остроты, иногда чрезвычайно меткие, но очень больно задевающие собеседника. Как правило, если они находят себе место в церковной общине, то очень быстро входят в узкий круг “приближенных к батюшке лиц.” Их общение становится для священника тяготящим, навязчивым, они болезненно реагируют на любую попытку избавиться от их общества хотя бы на некоторое время. Если священник не установит вовремя строгие рамки общения, то очень скоро он рискует оказаться в самой неприглядной ситуации: пасомый грубейшим образом начинает “смирять” его, а в кругу братии и сестер распускать о батюшке самые разнообразные небылицы.

В более резко выраженных случаях мы встречаемся уже с несомненными психическими патологиями, налагающими определенный отпечаток на весь жизненный путь гипертимиков. Уже в школе они обращают на себя внимание тем, что, обладая в общем хорошими способностями, учатся обыкновенно плохо... Кроме того, они легко распускаются и выходят из повиновения, делаясь жокаками товарищей во всех коллективных шалостях. С большим трудом переносят они военную службу, часто нарушая дисциплину и подвергаясь всевозможным взысканиям. Рано пробуждающееся интенсивное половое влечение ведет за собой многочисленные блудные падения, которые непорочно калечат их физическое здоровье и духовную цельность. С такими подростками пастырю важно найти возможность для доверительного и смелого разговора на эти темы, раскрыть и показать (живым, современным языком, а не назидательно-менторским тоном учебников нравственности XVIII-XIX веков, написанных для людей, живших в иных социально-культурных условиях) всю пагубность и неприглядность блудных грехов.⁴

По своему легкомысленному складу, гипертимики часто не чувствуют грани между дозволенным и противозаконным, как правило, оказываясь малоустойчивыми по отношению к употреблению алкоголя, а при определенных условиях не отказываются от пробы наркотиков. При всем том они необязательно опускаются на дно, но с легкостью выпутываются из самых затруднительных положений, проявляя при этом поистине изумительную ловкость и изворотливость. И в зрелые годы их жизненный путь не идет прямой линией, а все время совершает большие зигзаги от крутых подъемов до молниеносных падений.

Многие из них имеют чрезвычайно большие достижения и удачи: остроумные изобретатели, удачливые политики, ловкие аферисты, они иногда шутя взбираются на самую вершину общественной лестницы, но редко долго на ней удерживаются — для этого у них не хватает серьезности и постоянства. Это живые, блестящие умы, но поверхностные, неспособные к кропотливому труду, не имеющие для этого достаточного спокойствия и усидчивости. Желание гипертимиков вступать везде и всюду, везде командовать, крайне бесцеремонно разрушать все существующие в обществе приличия, начинает тяготить окружающих, которые со временем утрачивают к ним интерес и симпатию.

⁴ Блестящим примером подобной беседы может служить работа Е. А. “Переходный возраст,” “...И тогда меня спросили: “Как правильно выйти замуж?,” изд. “Свет Православия,” 1998 г.

В своей практической деятельности они далеко не всегда отличаются моральной щепетильностью, а, самое главное, их бурный темперамент просто не позволяет им все время удерживаться в узких рамках общепринятых норм. Эту черту своего характера они переносят и в жизнь церковную, грубо нарушая и попирая всякие понятия о субординации по отношению к священнику. По тем или иным причинам они отвергают любые замечания. Если же дело касается послушания непосредственно им, они грубо подавляют своих подчиненных, спекулируя на априорности понятия “послушание” для верующего человека.

Среди гипертимиков можно встретить людей с “невинной” склонностью ко лжи и хвастовству, связывающейся обыкновенно с чрезмерно развитым воображением и проявляющейся в фантастических измышлениях о своем высоком положении. Они рассказывают о никогда не совершавшихся в действительности подвигах, а иной раз — просто в рассчитанных на создание сенсации выдумках о каких-нибудь небывало грандиозных событиях. Если в таковых людях существуют склонность к мистическим ощущениям — возможно выявление тенденции к “чудотворчеству,” сочинительству небывалых историй о “видениях” и “чудесах,” происшедших непосредственно с ними. Рассказывая об этом “взахлеб,” со временем они в действительности очень скоро начинают верить в сочиненные ими истории. Даже в жизни религиозной подобные люди ищут не труда, а приятных ощущений, которые в норме не являются состоянием постоянным, они скорее — редкость.

Представителей этой группы можно встретить и среди людей, воспитывавшихся в православных семьях или под бдительной опекой православной матери. Чаще всего они полностью отходят от церкви, достигая физической зрелости, действуя в своей жизни вопреки насильственному внедрению в их сознание религиозных моделей поведения. У многих из них не сложились теплые отношения с родителями в подростковом возрасте. По этой причине отношения в собственных семьях у этих людей терпят крах — супруг (или супруга) рано или поздно отказываются видеть в них тех, за кого они себя выдают, так как они не оправдывают своих высоких амбиций практически, при том, что не желают признавать этого, а тем более брать ответственность за свои поступки.

Желательно, чтобы пастырь объяснил таковым, что для полноценной жизни человек должен стремиться к раскрытию в себе постоянства и чувства долга, что жизнь от одного приятного ощущения к другому рано или поздно приведет к краху.

Несносные спорщики. Группа сравнительно “невинных” болтунов при наличии более резко выраженного самомнения и некоторой раздражительности образует естественный переход к другой, значительно более неприятной, разновидности описываемого типа, к так называемым “несносным спорщикам.”

Это люди, которые все знают лучше других. Спорщики чрезвычайно не любят слушать советов, а чьи-то возражения, которых они не терпят вообще, вызывают у некоторых из них неудержимые гневные вспышки. Классическим примером таковых в жизни церковной являются некоторые “церковные бабушки,” которые являются воистину диктаторами по отношению к вновь пришедшим в храм.

Переоценивая свое значение, они склонны предъявлять совершенно неосуществимые притязания, а встречая непризнание и противодействие, легко вступают на путь упорной борьбы за свои мнимые права, вплоть до борьбы с настоятелем, в которой они, обыкновенно, не останавливаются ни перед чем. Выведенные из себя, они совершенно не счи-

таются с правилами общежития, дисциплиной и требованиями закона, с окружающими ведут себя вызывающе грубо, своих противников осыпают всевозможными оскорблениями и бранными словами, искренно не замечая всей непозволительности подобного поведения. Никакие логические аргументы в общении с ними силы не имеют.

Именно представители этой категории начинают совершенно неосновательные судебные процессы, которые иной раз чрезвычайно упорно проводят до самых последних инстанций, будучи постоянно подстегиваемы ответными противодействиями.

Этот, как и предыдущий тип, чаще относят к аномалии более моральной, нежели психической. Хотя, справедливости ради, нужно заметить, что последний находится на грани “неслышимости” по отношению к увещаниям священника. Таких людей можно узнать по тому, как они затыкают обличающие уста священника бесконечными “Простите, батюшка,” “Благословите, батюшка.”⁵ Если пастырь имеет возможность повлиять на такого верующего, то наиболее эффективным будет, если он раскроет ему всю неприглядность и злокачественность грехов гордости и тщеславия, которые вытягивают из души здоровые силы, столь необходимые для подлинной духовной жизни. Здесь священник должен объяснить, что в этих греховных состояниях необходимо серьезно покаяться на исповеди и ни в коем случае не подменять подлинное осознание греховности и подлинное покаяние на формально-словесное перечисление своих проступков.

Циклотимики. Циклотимия первоначально рассматривалась как тип психопатии. Однако в дальнейшем под этим понятием стали подразумевать легкие случаи маниакально-депрессивного психоза.

Гораздо чаще, чем депрессивные и легковозбудимые психопаты, встречаются личности с многократной волнообразной сменой состояний возбуждения и депрессии. Эти колебания обыкновенно берут начало в возрасте полового созревания, который и в нормальных условиях часто вызывает более или менее значительное нарушение душевного равновесия. Именно в этом возрасте веселые, живые и жизнерадостные подростки превращаются в меланхоличных, угнетенных и пессимистически настроенных юношей и девушек. Бывает и наоборот: в этот период наблюдается неожиданный расцвет личности, и до того вялый, неуклюжий и застенчивый ребенок вдруг разворачивается в блестящего, энергичного, остроумного и находчивого юношу, обнаруживающего массу ранее скрытых талантов и полного самых розовых надежд и больших планов.

Далее начинается периодическая смена одних состояний другими, иногда связанная как будто с определенными временами года, чаще всего — с весной или осенью. При этом состоянии возбуждения обыкновенно субъективно воспринимаются как периоды полного здоровья и расцвета сил, тогда как приступы депрессии (даже если они слабо выражены) переживаются тяжело и болезненно: сопровождающие их соматические расстройства, а также понижение работоспособности, чувство связанности и безотчетно тоскливое настроение нередко заставляют искать облегчения у врачей.

Религиозно живущий циклотимик чаще всего трактует подобные смены чисто психических состояний как смену состояний “благодатных посещений” и “богооставленности.” В конце концов, и состояния подъема иной раз теряют свою безоблачно радостную окраску: частые нарушения душевного равновесия утомляют, вызывая чувство внутренне-

⁵ Во многих храмах и монастырях чуть ли не правилом номер один для послушника становится научение этим словам. Беда только в том, что современные наставники часто забывают сказать о необходимости научению прежде всего тому сердечному расположению, из которого они должны произноситься. И вместо блага выходит одна из столь типичных для современной церковной жизни подмен содержания формой...

го напряжения и постоянного ожидания новой противоположной фазы; веселое, приподнятое настроение в более позднем возрасте сменяется раздражительно-гневливым, предпримчивость приобретает оттенок агрессивности и т. д.

Именно у циклотимиков нередко удается наблюдать одновременное сосуществование элементов противоположных настроений. Например, во время состояния возбуждения в настроении духовных чад можно открыть несомненную примесь грусти и, наоборот, у депрессивных — налет юмора. Людям циклоидного склада особенно тяжело дается коренная ломка сложившихся жизненных стереотипов, они тяжело адаптируются к новым условиям своего существования. Депрессивно-унылое состояние души накладывает глубокий отпечаток на человека циклотимического склада. На замечания и укоры они нередко отвечают грубостью и гневом, в глубине души впадая в еще большее уныние.

Пастырю необходимо разъяснить больному: смена чисто психических состояний, “психическая синусоида жизни” естественна для каждого человека, только у некоторых людей большая амплитуда колебаний, у некоторых — меньшая. Однако она не должна быть отождествляема с жизнью духовной, стоящей по категории выше жизни психической (душевной). Необходимо научить верующего правильному отношению к своей душевной неуравновешенности, научить его просить помощи Божией и укрепления от Него в моменты резких и изматывающих переходов.⁶

Реактивно-лабильные. Детство представителей этой группы зачастую бывает наполнено инфекционными заболеваниями, бесконечными простудами и ангинами, что накладывает отпечаток как на психическую, так и на соматическую сторону личности. В подростковом возрасте они заметны по повышенной чуткости ко всякого рода знакам внимания, благодарности, похвалам и поощрениям. Порицания, плохие отметки, выговоры, нотации ввергают их в состояние беспросветного уныния. Им чужд азарт игр, скрупулезная дотошность коллекционирования, настойчивое совершенствование физических способностей, желание в будущем достичь вершин интеллектуально-эстетических наслаждений. Тем более они не претендуют на лидерство. Общение с товарищами, художественная самодеятельность, домашние животные дают некоторый отток эмоциональной энергии, наполняющий их в момент перемен настроения. Ни одно увлечение подростков такого склада не длится слишком долго, но скоро сменяется другим.

Главная отличительная черта лабильного типа — крайняя изменчивость настроения. У некоторых представителей этой группы колебания состояния совершаются чрезвычайно часто, иногда прямо по дням. Таковые больше всего поражают капризной изменчивостью их настроения, как бы безо всякой причины переходящего из одной крайности в другую. Близкое к ним положение занимает группа психопатов, у которых эмоциональная неустойчивость, как таковая, имеет более самостоятельное значение и занимает более выдающееся место. Эта неустойчивость часто придает их характеру отпечаток чего-то нежного, хрупкого, отчасти детского и наивного, чему способствует также и их

⁶ “Обучить, научить... — как?” — спрашивают обычно. Если речь идет о методах работы, конкретных психотерапевтических техниках и приемах, то они существуют. В научной психотерапевтической литературе описаны формы, методы, приемы работы с разными проблемами, включая и указанные здесь. Поразительно то, что большинство форм и методов, используемых в современной психотерапии, в частности в Эриксоновской терапии и М1.Р, при изучении оказались сродными или вовсе совпадающими с теми, которые встречаются в житийной и святоотеческой литературе. Надеемся, что самим формам, самим методам, если потребность в помощи при разрешении подробных проблем назреет, пастырь сможет обучиться профессионально, непременно проанализировав допустимость применения каждого конкретного метода в контексте православной антропологии. О некоторых формах и методах такой работы мы расскажем ниже, в отдельной главе.

большая внушаемость. По существу, это большей частью люди веселые, открытые и даже простодушные, однако на окружающих часто производящие впечатление капризных недо-трог, людей ранимых: малейшая неприятность омрачает их душевное расположение и приводит в глубокое уныние, хотя обыкновенно ненадолго. Бывает стоит только такому сообщить какую-нибудь интересную новость или немного польстить его самолюбию, как он уже расцветает, делается снова жизнерадостным, бодрым, энергичным.

В обиходе таких людей чаще всего называют “ранимыми.” Почти никогда их настроение не меняется беспричинно, но поводы для его изменений обыкновенно настолько незначительны, что со стороны эти изменения кажутся совершенно необоснованными. Иногда на таковых может действовать и дурная погода, и резко сказанное слово, и воспоминание о каком-нибудь печальном событии, и мысль о предстоящем неприятном свидании... Словом, такая масса совершенно не учитываемых мелочей, что иной раз даже сам человек не в состоянии понять, почему ему стало тоскливо и какая неприятность заставила его удалиться из веселого общества, в котором он только что беззаботно смеялся. Надо добавить, что большей частью у них есть свои хорошие и дурные дни. Причем в хорошие они иной раз очень спокойно переносят даже крупные огорчения и неприятности, тогда как в плохие — почти не выходят из тоскливого угнетения или гневной раздражительности; в некоторых случаях эта раздражительность является даже основной чертой их характера. Несмотря на известный оттенок легкомыслия и поверхностности, эти люди способны к глубоким чувствам и привязанностям. Они чрезвычайно тяжело — иногда в течение длительного времени — переживают всякие сильные душевные потрясения, особенно утрату близких. По отношению к другим психическим травмам (катастрофам, переживаниям войны, тюремному заключению) порог их выносливости очень невысок — именно они чаще всего дают так называемые патологические реакции и реактивные психозы.

Срок, на который у этой группы личностей меняется настроение, может быть очень различен. Наряду со случаями, когда изменение настроения происходит по несколько раз в течение дня, от беззаботного веселья до приступов полного отчаяния, у них же наблюдается и длительное состояние и радости, и тоски, развивающееся всегда, конечно, по тому или другому поводу. При этом длительность аффекта до известной степени оказывается адекватной тому фактору, который, вызвал изменение настроения. К этой группе относятся люди при обычных условиях ровные и спокойные, может быть, только несколько чересчур мягкие, боязливые и тревожные. Они обыкновенно прекрасно уживаются в размеренных рамках хорошо налаженной жизни, но зато чрезвычайно быстро теряются в условиях, требующих находчивости и решительности, очень легко давая патологические реакции на неприятные переживания, хотя сколько-нибудь выводящие их из душевного равновесия.

Самооценка их отличается объективностью. Они, как правило, признают, что они “люди настроения,” не пытаясь при этом скрыть что-либо, и предлагая принимать их такими, какие они есть.

В христианстве им импонирует отношения искренности, преданности, любви и теплоты человеческих отношений, к которым призван верующий человек. Однако, встречаясь с буднично-человеческими проявлениями жизни церковной, они склонны беспричинно разочаровываться. Случается, бестактное слово священника повергает их в состояние разочарования чуть ли не в основах Православной веры, что чаще всего происходит на эмоциональном или подсознательном уровне. Именно поэтому пастырю труднее всего

объяснить таким верующим что-либо на логическом уровне — они живут исключительно эмоциональным миром.

Пастырю необходимо в общении с этой категорией людей объяснить во всей полноте о той духовной ответственности за свою душу, которая лежит на каждом человеке. Желательно объяснить им, как под видом тех или иных реактивных состояний психики, тревог, депрессий, страхов или, наоборот, гордыни, тщеславия, болтливости, к сознанию христианина приступают демонические силы и лепят из человека,веряющего этим “состояниям,” все, что им заблагорассудится. Духовник должен предупредить о небезопасности доверия состояниям т.н. “эмоциональных подъемов,” за которыми непременно следует болезненное падение. Необходимо предостеречь относительно “кровяного разгорачения” и резкого, немотивированного прилива “творческих сил” — в этом состоянии необходимо остановиться — это внушение постороннее, исходящее не от Бога, но, возможно, от естества или от сил демонических.

Группа астеников.

Сенситивный тип. Неврастения — общее связующее представителей этой группы, характеризуется раздражительной слабостью нервной системы, вызываемой длительным нервно-психическим перенапряжением.

Представителей сенситивного типа отличают чрезмерная чувствительность и впечатлительность в сочетании с высокими моральными требованиями к себе.

“Такие люди часто бывают склонны к пониженному настроению, чувству собственной самооценности; в духовной сфере они склонны к повышенному чувству греховности, обладают “скрупулезной совестью.” Они склонны к слезам, постоянно печалются о своих ошибках, сомневаются в возможности прощения; редко испытывают истинное облегчение и радость после исповеди.”

(Настольная книга священнослужителя. Изд. Московской Патриархии, 1988, стр. 316).

Под ударами судьбы они становятся крайне осторожными, подозрительными и замкнутыми. В детском возрасте им присущи беспокойный сон, капризность, пугливость, ночные страхи, ночной энурез, заикание. Они боятся темноты, сторонятся животных, страшатся остаться одни, не любят чрезмерно подвижные игры, чувствуют робость и застенчивость среди посторонних. Однако с теми, к кому они привыкли, чувствуют себя спокойно и уверенно. Дети такого склада предпочитают тихие игры, рисование, лепку, обнаруживают чрезмерную привязанность к родителям, отличаются послушанием, слышат “домашним ребенком.” Детская привязанность к родителям не дает им возможности и в зрелом возрасте “оторваться,” отпочковаться от родительского древа. Особенно неблагоприятно это сказывается на мальчиках, воспитываемых одинокими мамами, которых вполне устраивает “образцовая” послушность ребенка, но которые, к сожалению, не учитывают, что мальчику необходимо стать мужчиной.

В зрелом возрасте эти люди претерпевают немало неприятных ощущений от резко выраженного в них чувства собственной недостаточности, которое они пытаются восполнить не в стороне от слабых мест своей натуры, не там, где их способности могут раскрыться, а как раз наоборот, там, где их неполноценность особенно заметна. Скромные и застенчивые, они надевают личину развязности и тем самым могут выглядеть довольно

нелепо в глазах окружающих, неумело вживаясь в несвойственный им образ. Они не переносят насмешек и подозрений. Двусмысленные подшучивания воспринимаются ими необычайно серьезно. Частые разочарования могут вызвать в таком человеке мысли о самоубийстве и даже суицидные действия, которые может спровоцировать самый ничтожный повод.

Человек сенситивного склада вполне может найти свое место в Церкви, в конкретном приходе. Совершенно незначительные знаки пастырского внимания: несколько теплых слов, иконочка ко дню Ангела, интерес, проявляемый к здоровью и настроению, внимательная исповедь, периодические импульсы проявляемого к ним тепла и интереса могут питать и поддерживать их. Люди этого типа чрезвычайно чувствительны к тому, как к ним относятся, однако иногда частично или полностью оказываются лишенными здравого, адекватного чувства интуиции. Пастырь должен помочь раскрыться этому важному для христианина качеству, но нельзя требовать немедленного покаяния в отсутствии чуткости и внимания к другим, в виду того, что в природе души подобных людей это качество может частично или полностью отсутствовать. Только посредством личного душевного контакта и взаимодействия можно обучить человека более чуткому и глубокому отношению к другим людям.

В наиболее чистом и простом виде симптоматика конституциональной астении представлена у так называемых неврастеников — больных, отличительными чертами которых являются чрезмерная нервно-психическая возбудимость, раздражительность, с одной стороны, и истощаемость, утомляемость — с другой.

В симптоматологии этих случаев большую роль играют явления как бы соматического порядка: ощущения в различных частях тела, функциональные внушения деятельности сердца, желудочно-кишечного аппарата и пр. Такие больные жалуются на головные боли, сердцебиение, бессонницу ночью и сонливость днем, плохой аппетит, общую слабость. Некоторые из них отличаются вялостью, отсутствием инициативы, нерешительностью, мнительностью, апатичным, или чаще равномерно-угнетенным настроением. Подобного рода субъекты неспособны к длительному усилию и усидчивой работе, которая быстро начинает им надоедать, появляется чувство усталости, слабости, даже сонливости. Часто страх перед чрезмерностью требующегося от них трудового напряжения уже заранее парализует их волю и делает неспособными даже приняться за дело. При попытке преодолеть неохоту и отвращение развиваются всякие неприятные ощущения: чувство тяжести в голове, тянущие боли в спине, частые позывы на мочеиспускание и пр., а иногда и какое-то особое состояние возбуждения, не позволяющее долго сидеть на одном месте.

От описанного типа вялого неврастеника-ипохондрика несколько отличаются акцентуированные личности, у которых наряду с той же, а может быть, и еще большей истощаемостью резко выявляется склонность к увлечению той или иной работой, теми или другими интересами. Это свойство проистекает из второй, основной, характеризующей их организацию черты — возбудимости, раздражимости. Эти люди легко усваивают все новое, но, как и только что описанные, совершенно не выдерживают длительного напряжения. В их работе нередко поражает бросающееся в глаза противоречие между удачным началом и очень незначительным объемом окончательного результата — следствие наступающего уже через очень короткое время быстрого падения продуктивности. До полной неработоспособности дело, впрочем, почти никогда не доходит: они не могут правильно организовать работу, работают нерегулярно, скачками и вспышками, однако, все-таки сохраняют способность давать достаточно полноценные результаты и оставаться полезными

членами общества. Пастырь совершит ошибку, если такого рода человека обвинит в “лени,” навесит ярлык “лентяя.” Для такого типа людей это слишком простое, ни о чем не говорящее объяснение.

Пастырь, окормляющий астеника сенситивного типа должен доверительно объяснить окружающим его лицам (если пасомый трудится в приходе или монастыре), что от него нельзя ожидать таких результатов, как от остальных, здоровых членов общины, что его необходимо окружить заботой и вниманием, снисходя к недостаткам и погрешностям. Если же избрать тактику “ежедневного подведения итогов дня,” можно окончательно загнать человека в тупик, убедив его в собственной неполноценности.

Однако часто, свыкнувшись со снисходительным к ним отношением, такие люди начинают спекулировать этим, отказываются даже от посильного труда, начинают обвинять требующих исполнения тех или иных работ в жестокости, несправедливости, немилосердии, предвзятости. Иногда ситуация начинает приобретать конфликтный характер, пасомый не желает смириться с требованиями, в жизнь прихода или монастыря вносятся напряженность, тягостность. Ради сохранения остальных не подлежащего исправлению следует удалить, однако, найти возможность тепло и доверительно объяснить при последней беседе его неправоту. Если этого не произойдет, то, удалившись, человек будет продолжать самоутверждаться в своей обиженности и чувстве попранной справедливости. Если же беседа состоится, то останется надежда, что он начнет искать пути исправления ситуации, в нем незримо будет происходить работа по самоисправлению, останется надежда на его возвращение и исцеление.

Желательно, чтобы не духовник назначал работу (послушание) таким людям, чтобы не он проверял ее исполнение. Пусть это делает его заместитель. В таком случае всегда остается возможность пожаловаться на кажущуюся суровость последнего. В случае проявления мнимой или кажущейся чрезмерной требовательности по отношению к этому человеку, духовник останется любящим и понимающим пастырем, с которым не порвется ни точка доверия.

Малодушные.

Более сложную группу психопатов астенического склада образуют лица, главными чертами которых являются чрезмерная впечатлительность, с одной стороны, и резко выраженное чувство собственной неполноценности — с другой, в большей или меньшей степени присущее, впрочем, вообще всем астеникам. Их можно характеризовать как людей с крайним недостатком душевных сил.

Их нервная слабость проявляется в крайней ранимости к переживаниям, хотя сколько-нибудь выходящими из ряда обычных житейских происшествий. Они падают в обморок при виде крови, не в состоянии присутствовать при самой ничтожной операции, не выносят сколько-нибудь горячих споров и до крайности травмируются видом необычайных уличных происшествий: несчастных случаев, драк, скандалов и пр. Робкие, малодушные, застенчивые, обыкновенно нежные, тонко чувствующие натуры, страдающие от всякого грубого прикосновения. Многие из них вздрагивают при малейшем шорохе и всякой неожиданности, страдают боязнью темноты. Если таковой больной имеет некоторые мистически одаренные стороны души, то пред ним в гипертрофированном виде вырастают страхи перед демоническими силами, колдунами, через призму их нездорового восприятия, что довольно заразительно действующие на окружающих.

Пребывание среди людей, всякое общество их утомляет и заставляет искать одиночества. Однако их одиночество — это не уход от жизни, а лишь проявление чрезмерной чувствительности. Это, как правило, люди самолюбивые, и, поскольку они сознают свою “исключительность,” то крайне болезненно переносят тянущуюся по жизни неуверенность в себе. Если таковых имеются некоторые физические дефекты (подлинные или мнимые): неуклюжесть, некрасивое лицо,— или если они неожиданно попадают в среду, социально выше стоящую, то их застенчивость легко переходит всякие границы. У одних развивается крайняя робость и подозрительность (больному кажется, что окружающие следят за ним, говорят о нем, критикуют его и смеются над ним), усиливается неловкость, появляется заикание, при ничтожнейшем поводе выступает краска смущения на лице. Другие же, стремясь преодолеть крайне мучительное для них чувство своей слабости и недостаточности, надевают на себя не всегда удающуюся им личину внешней развязности и даже заносчивости, под которой, нетрудно разглядеть того же самого внутренне смущенного и робкого неврастеника.

Бичом для подобного рода больных являются всякие ответственные выступления перед другими людьми: смущение и страх на экзамене даже хорошо подготовленного юношу иногда приводят в такое замешательство, что развивается полная неспособность вспомнить и связно рассказать то, что требуется (экзаменационный ступор). Каждое выступление на кафедре, трибуне или в большой аудитории вызывает тяжёлое нервное потрясение, от которого иной раз приходится оправляться в течение нескольких дней. Очень болезненно действуют на таких людей нередкие служебные неудачи; при их болезненном самолюбии ведущие к резким и несоразмерным вспышкам угнетения и отчаяния.

Наиболее эффективным будет, если пастырь вложит в душу подобного пасомого такое настроение: “На все воля Божия: сдать экзамен или провалиться, успешно выступить или потерпеть фиаско, и т.д. Сделай со своей стороны все возможное и положишься на Господа, и Он управит все как нужно, ведь ничего не совершается в мире без Его Промышления.” При этом непременным условием должна быть ответственность за собственные действия и поступки, которую человек берет на себя. Именно — жизненная настроенность, а не только чисто логическая формула, но для этого необходимо не пять минут разговора между прочим, а глубокое неоднократное общение.

Чрезмерная нервная возбудимость обыкновенно расстраивает у представителей описываемой группы и соматические функции. Сон у них чаще тревожный, полный кошмарных сновидений, прерываемый острыми приступами страха; нередки кратковременные функциональные расстройства различных органов под влиянием аффективных переживаний (чаще всего страха или замешательства). На почве несоответствия между теми требованиями, которые эти люди предъявляют к себе и к жизни, и тем положением, которое им на самом деле достается, у них иной раз развиваются длительные депрессивные состояния.

Общим свойством всех астеников является раздражительность. Редко кто из них жалуется на приступы гневных вспышек, особенно частых при утомлении, иногда ведущих к довольно бурным взрывам, хотя обыкновенно и быстро истощающимся. В некоторых случаях эта особенность настолько выдвигается на первый план, что оказывается самой яркой, характерной и в то же время тяжелой чертой в картине психопатических проявлений астеников. Примером могут служить люди, с одной стороны, самолюбивые, с другой — не обладающие силой воли, выдержкой и работоспособностью, чтобы добиться более или менее видного положения и завоевать себе право на уважение окружающих.

Благодаря этому им приходится обыкновенно оказываться в подчиненном положении, терпеть невнимание, обиды, даже унижения от лиц, выше их стоящих, в результате чего у них образуется громадный запас неизжитых мелких психических травм, создающих обидный напряженный и окрашенный недовольством тон настроения. Сохраняя внешнюю сдержанность там, где вспышка раздражения могла бы повредить ему самому, такой субъект тем охотнее разряжает накопившееся у него внутреннее недовольство на лицах, от него зависящих, например, на своих домашних. Робкий и малозаметный в обществе, он иной раз дома оказывается настоящим тираном, хотя и неспособным к проявлению действительной силы даже в гневе и переходящим от приступов неудержимой ярости к плачу и самообвинениям.

Задача духовника — научить малодушного человека спокойному, ровному отношению к действительности и смирению со своим положением. Каков же выход для верующего человека, страдающего такой болезнью? Священник может достичь желаемого результата, если научит такого астеника принимать смиренно и спокойно все, с ним случающееся, примирит с действительностью на глубоком уровне, научит обретать полноту жизни, обрести в уповании на Господа точку опоры, научит со временем самостоятельно обрести душевное умиротворение и равновесие, объяснит, что окружающий мир “жесток и бесчеловечен” только в силу того, что мы его воспринимаем таким, что для любящего людей, открытого и искреннего человека все окружающие люди становятся таковыми. Главный же инструмент и наглядное пособие (если можно так выразиться) — личность, поведение, отношение к людям самого пастыря.

Психастеники.

Последнюю и наиболее сложную группу образуют так называемые психастеники. Основными их чертами являются крайняя нерешительность, боязливость и постоянная склонность к сомнениям. Они чрезвычайно впечатлительны и притом не только к тому, что вокруг них в данную минуту происходит, но и еще более к тому, что, по их мнению, может случиться, в придачу ко всем тем неприятностям, которые ожидают их в ближайшем будущем. Главным проявлением психастенических расстройств является *навязчивое состояние, возникающее на почве тревожно-мнительного характера*. Основу психастении И. П. Павлов видел в *болезненном сомнении, болезненном опасении*.

В детстве люди этого склада заметны по робости, неловкости движений, сочетающимся со склонностью рассуждать и ранними интеллектуальными интересами. Предъявляемое в школе чувство ответственности наносит по психастеникам чувствительный удар. Возлагаемая на них родителями повышенная ответственность за взрослые участки работ по дому и семейные обязанности способствует становлению психастении.

Эмоциональная окраска у психастеников сопровождает мир представлений о будущем еще в большей степени, чем мир непосредственных переживаний и воспоминаний. Только еще возможная опасность или неприятность не менее, а может быть, и более страшна психастенику, чем непосредственно существующая. Всякая мелочь, всякий пустяк, который больной замечает в окружающей жизни, побуждают его к мучительным рассуждениям. Целый ряд обыкновенно неприятных ассоциаций возникает в его уме по таким ничтожным поводам, на которые другой человек не обратит никакого внимания. Психастеник очень боязлив и робок, он боится всего, он отступает не только перед действительной опасностью, но и существующей только в его воображении; он боится не только того, чего следует опасаться, но даже того, чего он просто не знает. Всякое новое,

незнакомое дело, всякая инициатива становятся для него источниками мучений. Если нет крайности или давления извне, психастеник никогда не решится начать что-нибудь такое, чего он боится или просто не знает. Вообще принять то или другое решение ему крайне трудно, даже в том случае, когда дело касается самого ничтожного обстоятельства. Даже решившись на что-нибудь, начав действовать, психастеник все время сомневается, так ли он поступает, то ли он сделал, что хотел, и эти вечные сомнения, этот всегдашний контроль самого себя делают эту работу медленной и мучительной.

Сомнения в правильности сделанного им заставляют психастеника вновь переделывать то, что он только что сделал. Недоверие к самому себе, к своим силам заставляет его обращаться к другим или за помощью, или хотя бы за тем, чтобы его успокоили, сказали, что беспокоиться, волноваться нет решительно никаких оснований. Эта склонность искать поддержку у других, это неумение обходиться без посторонней помощи являются также одной из отличительных черт психастенического характера.

Такие люди нередки в церковной ограде. Жизнь церковную они хотели бы видеть исключительно в правильном исполнении разнообразных предписаний: куда поставить, как записать, что прочитать, что сказать... Магизм в восприятии церковной жизни как формы чисто ритуального угождения Богу правильным исполнением обрядов и предписаний (своего рода законничество) — характерная черта верующих этой группы. Вера в Бога воспринимается ими чаще всего как форма защиты от различного рода жизненных травм, неожиданностей, действительных или мнимых опасностей.

Прежде всего психастеник боится за себя самого, будущее видится ему в довольно мрачных красках, он опасается за свое физическое и психическое здоровье. Не менее сильно боится он и за участь своих родных. Постоянные тревоги, опасения, беспокойство наполняют его жизнь. Он не может ждать чего-нибудь положительного, все рисуется ему в черном свете. Всякое ожидание становится невыносимо мучительно. Вот почему, несмотря на всю свою обычную нерешительность, психастеник оказывается иногда настойчивым и даже нетерпеливым. Он долго не решается, но если уже на что-нибудь решился, то больше не может быть спокоен до тех пор, пока это не будет сделано. Беспокоясь сам, он не дает покоя и тем из окружающих, от кого зависит приведение в исполнение задуманного им решения. Психастеник ни на минуту не забывает, что на пути к выполнению его цели может встретиться какая-нибудь помеха. Он с трудом переносит назначение срока — в таких случаях он начинает бояться, что не успеет к назначенному времени. Например, он не будет спокойно спать, если знает, что наутро должен рано встать, хотя, если бы такой необходимости не было, он, вероятно, встал бы так же рано, а спал бы спокойно и крепко. В домашней обстановке самое незначительное нарушение его привычек выводит больного из равновесия и раздражает.

Будучи человеком очень деликатным и чутким, психастеник, тем не менее, может причинить много неприятностей окружающим. Он обыкновенно большой педант, формалист и требует от других того же самого. Всякий пустяк, всякое отступление от формы, от принятого порядка его тревожит, и он не только беспокоится, но и сердится, особенно, если дело идет о подчиненных ему лицах. Если такой человек находит себе место на церковном клиросе, то скрупулезнейшее соблюдение церковного устава, даже если при этом грубо попираются принципы любви и взаимоотношений, становится той платформой, на которой реализуется его самость. Остановить такого буквоеда не под силу бывает даже настоятелю храма, который тут же обвиняется в отступничестве и модернизме, несмотря на то, что противоречие и расхождение касаются второстепенных вещей.

Сложнейшей задачей в работе с такими людьми является необходимость раскрыть и показать благодатную свободу, которую предоставляет жизнь церковная, постепенно закладывая основы уверенности в том, что все, что он делает с чистым намерением послужить Богу, угодить Ему, даже если произойдет незначительное нарушение каких-либо внешних религиозно-обрядовых форм и правил — угодно Господу.

Как и все психопаты астенического склада, психастеник зачастую человек конфузливый и застенчивый; сознание, что он является предметом внимания, для него чрезвычайно мучительно. Большею частью он не любит физического труда, очень неловок и с большим трудом привыкает к ручной работе, притом, что в жизни религиозной иногда склонен строить воздушные замки, рассуждать о духовных подвигах, приглушенным голосом богословствовать о сердечной молитве вне всякого действительного молитвенного труда. Вообще психастеник является человеком, не приспособленным к жизни, непригодным для борьбы за существование, ему нужна упрощенная жизнь, тепличная обстановка. Таковые часто бывают неспособны выпорхнуть из родительского гнездышка по достижении совершеннолетия, иногда же находятся на попечении родителей до их смерти.

Одной из характерных черт психастеника является склонность к самоанализу — собственная психика является для него как бы театром, где разыгрывается сцена какого-то спектакля, на представлении которой он сам присутствует в качестве далеко не безучастного зрителя. Несмотря на склонность к самоанализу, самооценка психастеников не всегда бывает объективной. Они с большим трудом воспринимают делаемые им замечания, причем зачастую приписывают себе несуществующие грехи и отказываются признавать конкретные, реальные недостатки, на которые указывает духовник.

Непосредственное религиозное чувство ярко выраженному психастенику малодоступно. Он часто предается всевозможным размышлениям чисто отвлеченного характера, часто ставит себе те или иные вопросы общего свойства, не имеющие к его духовной жизни прямого отношения, и непременно старается найти на них ответы. Мысленно в своих мечтах психастеник способен пережить многое, но от участия в реальной действительности он всячески старается уклониться. “Любить, мечтать, чувствовать, учиться и понимать — я могу все, лишь бы меня только освободили от необходимости действовать,” — вот его девиз. Своеобразной особенностью психастеников является представляющая результат их неуверенности в себе потребность снова и снова вызывать в сознании отдельные, более всего тревожащие их мысли и образы с целью проверки: не сделано ли каких-нибудь упущений и не грозит ли какая-нибудь беда и неприятность. Это часто ведет к закреплению таких представлений в сознании уже против воли психастеника и к образованию так называемых навязчивых идей и страхов.

В подлинно духовную жизнь ввести таких людей чрезвычайно трудно. Замкнувшись на правильном соблюдении формы, они могут спрашивать духовника: “Так что же не правильно? Все вроде бы так, как Вы благословили” или же “Все сделано так, как написано...”

Психастеников, которые добросовестно исполняют внешние религиозные правила, несколько легче повести далее к внутреннему деланию, чем начитавшихся аскетических книг и начавших практиковать изложенное в них, восприняв все сказанное буквально, “на основе своего (болезненно-неправильного!) опыта.”

В жизни практической духовнику можно предоставить такому пасомому возможность большей ответственности, большей инициативы, умело подчиняя ее своему руководству, научить его внимательно прислушиваться к замечаниям по тем или иным вопро-

сам, объяснить, что послушание, без которого невозможна жизнь духовная, — это прежде всего умение слушать.

Группа шизоидов.

На характеристические особенности этой группы пастырю необходимо обратить большее внимание в силу того, что именно у них под вполне благополучными внешними формами религиозности (в том числе с претензией на “подвижничество”) жизнь духовная может принимать самые уродливые и непредсказуемые формы.

Шизоиды. Наиболее существенной чертой шизоидов считается: аутистическая (т.е. с уходом в себя) оторванность от внешнего, реального мира, отсутствие внутреннего единства и последовательности во всей сумме психики и причудливая парадоксальность эмоциональной жизни и поведения. Для них характерны сочетание холодности и утонченной чувствительности, упрямства и податливости, настороженности и легковерия, апатичной бездеятельности и напористой целеустремленности, необщительности и неожиданной назойливости, застенчивости и бестактности, чрезмерной привязанности и немотивированных антипатий по отношению к одному и тому же лицу, рациональных рассуждений и нелогичных поступков, богатства внутреннего мира и бесцветности его внешних проявлений. Они обыкновенно импонируют как люди загадочные и непонятные, от которых не знаешь, чего ждать.

О содержании шизоидной психики говорить вообще очень трудно, во всяком случае, внешнее поведение шизоидов почти не дает о нем определенного представления. Немецкий психиатр Э. Кречмер дает блестящее определение шизоидам:

“многие из них подобны лишенным украшений римским домам, виллам, ставни которых закрыты от яркого солнца; однако, в сумерках их внутренних покоев справляются роскошные пиры...”

С детских лет поражает ребенок, который любит играть один, не тянется к сверстникам, избегает шумных забав, предпочитает держаться среди взрослых, иногда подолгу слушая их беседы. К этому добавляются холодность и недетская сдержанность. В подростковом возрасте замкнутость, отгороженность от сверстников особенно бросаются в глаза, чему, как правило, сопутствует снисходительное пренебрежение или явная неприязнь к тому, что наполняет жизнь других подростков. Но чаще всего шизоиды страдают от своей замкнутости, одиночества, неспособности к общению, быстрой истощаемости в контактах (“не знаю, о чем еще говорить...”), и это побуждает их к еще большему уходу в себя. В подростковом возрасте они или остаются белыми воронами в компании, или подвергаются преследованиям и насмешкам со стороны сверстников. Иногда же, благодаря своей независимости и сдержанности, они внушают уважение и заставляют соблюдать дистанцию. В своих фантазиях шизоиды создают компании, в которых они бы занимали положение вождя и любимца, чувствовали бы себя свободно и легко, и получают при этом фантазировании те эмоциональные переживания, которых им не достает в реальной жизни.

Особенно трудно шизоиду проникнуть в душевный мир других людей, гораздо труднее, чем, наоборот, быть понятым ими (дефект интуиции). У них часто можно обнаружить тонкое эстетическое чувство, они вдохновение красивыми идеями. При более глубо-

ком ознакомлении с православным богослужением, учением, в особенности возможностью принять монашество, они зажигаются более рассудочных людей, проявляют себя как способные на самопожертвование. Однако такое впечатление, вызванное особенностями их психики, может оказаться обманчивым. Иногда они проявляют чувствительность, способность производить впечатление впитывания в себя чужой боли, особенно по отношению к людям воображаемым или тем, общение с которыми непостоянно и ни к чему не обязывает, но понять и разделить, а главное нести реальные горе и радости людей, их окружающих, им труднее всего. Именно в силу этого в добрых отношениях они производят положительное впечатление, а в супружеских — принципиально иное, холодное и равнодушное. После первых месяцев супружеской жизни вдруг обнаруживается трагическое несоответствие между человеком “до” и человеком “после,” что приводит другого в разочарование и замешательство.

Эмоциональная жизнь таковых пасомых вообще имеет сложное строение: аффективные разряды протекают у них не по наиболее обычным и естественным путям, а должны преодолевать целый ряд внутренних противодействий. Причем самые простые душевные движения, вступая в чрезвычайно запутанные и причудливые ассоциативные сочетания со следами прежних переживаний, могут подвергнуться совершенно непонятным, на первый взгляд, извращениям. Благодаря этому, больной, будучи отчужден от действительности, находится в постоянном внутреннем конфликте с самим собой. Может быть, это и служит причиной того, что непрерывно накапливающееся, но большей частью сдерживаемое, внутреннее напряжение время от времени находит выход в совершенно неожиданных разрядах. Таким образом, раздражительность некоторых из них оказывается в противоречии с их эмоциональной жизнью, противоречии всегда держащем их в состоянии неприятного напряжения.

Внутренний мир шизоидов почти всегда закрыт от посторонних взоров. Лишь немногим избранным занавес может приоткрыться, (но до конца — никогда) и столь же неожиданно упасть. Это может произойти перед малознакомым человеком, но в какой-то момент импонирующим их выбору. Однако шизоид может навсегда остаться скрытым и непонятым для самых близких людей или для тех, кто знает его много лет.

Они фантазируют для самих себя. Удивительна подмеченная в безрелигиозной психиатрии особенность: характер фантазий шизоидов носит или эротический характер или служит утешением собственной гордости — фантазии, греховные по своей сути. Если же рассматривать эту особенность шизоидов с точки зрения православной аскетики, то увлекательный фантастический мир шизоидов является ни чем иным как частичной или полной зависимостью от виртуального мира демонических сил.

Шизоид может долго терпеть мелочную опеку в быту, подчиняться установленному распорядку жизни и режиму, но всякая попытка вторгнуться в мир его интересов, увлечений и фантазий чревата бурным протестом. Его недовольство и возмущение может долго вынашиваться и неожиданно для окружающих вылиться в самых неожиданных формах и даже решительных действиях, без учета их последствий для себя и тем более для близких.

Уровень увлечений шизоидов поражает крайней прихотливостью выбора. Изучение, чтение, коллекционирование — все это делается не напоказ, только для себя. В церковной жизни они могут вполне замкнуться только на одном из ее частных проявлений. Пастырь может подолгу и увлекательно разговаривать с шизоидами на разные темы

церковной жизни. Но только одна из них им неприятна и может вызвать полное расторжение отношений — разговор о необходимости что-то менять в себе, о необходимости быть полностью искренним и открытым.

Однако, они не замечают, не фиксируют или не придают значения противоречивости своего поведения. А ведь именно к осознанию своей противоречивости, как греховного состояния, должен подвести пастырь духовное чадо.

Принято говорить о душевной холодности шизоидов. Как видно из изложенного, это положение нельзя принимать без оговорок. Их поступки могут быть жестокими, что, скорее, связано с неспособностью сопереживания страданиям других, слабостью эмоционального резонанса, чем с желанием получить садистское наслаждение. У ми-мозоподобных представителей этой группы чувствительность соединяется с известной отчужденностью от людей, в эмоциональной тупости почти всегда заметен какой-то налет раздражительности и ранимости.

Замкнутость, с уходом в себя, шизоидов делает почти невозможным для них достижение близких отношений с противоположным полом. Однако такая внешняя холодность может сочетаться с рывковым проявлениями сексуальности в отдельных ситуациях в самых грубых и противоестественных формах.

Шизоиды не склонны к алкоголю, легко противостоят попыткам склонению к выпивке. Опьянение не вызывает у них эйфории. Однако иногда они могут позволить себе выпить для “облегчения установления контактов.”

В поведении шизоидов обращают на себя внимание непоследовательность и недостаточность связи между отдельными импульсами. Значительную их группу характеризует склонность к чудачествам, неожиданным поступкам и эксцентричным, иной раз, кажущимся совершенно нелепыми, выходкам.

Редко, однако, шизоид чудачит, чтобы обратить на себя внимание, гораздо чаще его странное поведение диктуется непосредственными импульсами его непохожей на других природы. Так, как у шизоидов обыкновенно отсутствует непосредственное чутье действительности, то и в поступках их нередко можно обнаружить недостаток такта и полное неумение считаться с чужими интересами. В работе они не могут следовать чужим указаниям, которые ранят их, они упрямо делают все так, как им нравится, руководствуясь иной раз чрезвычайно темными и малопонятными соображениями. Некоторые из них вообще оказываются неспособными к регулярной профессиональной деятельности, особенно к службе под чужим началом. Часто по ничтожным поводам шизоиды внезапно отказываются от работы, переходят от одной профессии к другой и т.д. Все это чрезвычайно мешает их жизненному успеху и, озлобляя их, и еще более усиливает обычно свойственные им замкнутость и подозрительность.

Церковная жизнь шизоида большей частью развита и направлена крайне неравномерно, односторонне. Шизоид может целые годы проводить в безразличной пассивной бездеятельности, оставляя в пренебрежении насущнейшие задачи. Второстепенные проявления, как, например, собирание бесчисленных благословений, реликвий и “святыnek,” разглядывание по нескольку раз на день старых журналов и альбомов с репродукциями и фотографиями могут поглощать всю его энергию, не оставляя времени ни на молитву, ни на богослужение, ни на чтение серьезных книг.

Хотя, вообще говоря, они не внушаемы, даже более — упрямы и самоуверенны. В отдельных случаях они, подобно шизофреникам, обнаруживают поразительно легкую подчиняемость и легковерие; непонятное соединение упрямства и податливости ино-

гда характеризует их поведение. Пастырю должно обратить внимание на то, что таковые “под настроение” вполне могут ввести его в заблуждение как идеальные “духовные чада” и даже кандидаты в священство и монашество. Люди с непроработанной проблемой шизоидной акцентуации оказываются неспособными к монашеству. Однако они подталкивают к этому своего духовника, в определенные периоды общения выстраивая свое поведение в необходимом для подобного решения свете.

В силу вышесказанного, в жизни монастырской они, как правило, не уживаются. Меткий монашеский афоризм называет таковых “Шаталовой Пустыней” из-за их склонности переходить из обители в обитель по причине, якобы, “отсутствия опытных духовников,” “бездуховности братии, их привязанности к земному,” нежеланию понимать, что дело в них самих. Здесь, разумеется, идет речь не о подлинном духовном поиске наставника и обители, что естественно для ищущего спасения души человека.

В духовном отце они часто сомневаются, начинают навязывать ему свое видение мира, постоянно соотнося в себе реального духовника с сочиненным ими идеальным, книжным образом благодатного старца. Во всем, в том числе и в своей церковной жизни, время от времени они любят подчеркивать свою независимость и самостоятельность.

Несколько слов об аутизме шизоидов. Его следствием являются дезорганизованность в личной жизни и несовершенство коммуникации: постоянно напоминающее о себе противоречие между внутренним и реальным миром. Он вытекает не только из отсутствия у них резонанса к чужим переживаниям, но и из внутренней противоречивости и парадоксальности, особенности, которые делают их совершенно неспособными передать другим то, что сами чувствуют. Время от времени у шизоидов возникает потребность облегчить себя признанием, поделиться с близким человеком радостью или горем. Однако, испытываемая при этом неспособность сделать это “до конца” и встречное непонимание обыкновенно вызывают еще большую потребность уйти в себя. Их мимозоподобная замкнутость происходит не от чрезмерной ранимости, а от неспособности найти адекватный способ общения (“Никто меня не в состоянии понять, даже батюшка...”).

“Аристократическая сдержанность,” а то и просто чопорность и сухость некоторых шизоидов не всегда является их исконным свойством. В некоторых случаях это выработанное опытом жизни средство держать других людей на расстоянии во избежание разочарований, которые неизбежны при близком соприкосновении с ними. Отличаясь вообще недоверчивостью и подозрительностью, шизоиды далеко не ко всем людям относятся одинаково. Будучи вообще людьми крайностей, не знающими середины, склонными к преувеличениям, они и в своих симпатиях и антипатиях большей частью проявляют капризную избирательность и чрезмерную пристрастность.

По-настоящему шизоиды любят все-таки только себя: будучи эгоистами, они почти всегда держатся чрезвычайно высокого мнения о себе, о своих способностях и редко умеют ценить по-настоящему других людей, даже тех, к кому относятся хорошо.

Скрытая шизоидная акцентуация может обнаруживаться, если к пасомому внезапно предъявляются непосильные для него требования — например, быстро установить широкий круг неформальных и достаточно эмоциональных контактов. Шизоиды срываются также, когда к ним настойчиво и бесцеремонно “лезут в душу.”

Если сказанное о шизоидах выше можно было отнести более к отклонениям характера, то эмоционально-тупых шизоидов, играющих в обществе отрицательную социальную роль, уместнее отнести к патологии личности. Выше уже было отмечено, что большая или меньшая эмоциональная холодность — общее свойство всех шизоидов. Од-

нако можно выделить одну их группу, у которой это свойство выступает на первый план и затемняет все остальные их особенности. Чаще всего это ленивые, вялые, безразличные люди с отсутствием всякого интереса к человеческому обществу, которое вызывает у них скуку или отвращение. Но есть среди них и люди, отличающиеся большой активностью. Эти холодные энергичные натуры, иной раз способны к чрезвычайной жестокости не из стремления к причинению мучений, а из безразличия к чужому страданию. Но здесь мы уже на границе, отделяющей шизоидов, с одной стороны, от антисоциальных психопатов, а с другой — от фанатиков. Эта психоаналитическая характеристика как нельзя уместна в нашем случае, когда речь пойдет о людях неправильной (а значит неправославной) религиозности. Но об этом речь ниже.

Классик отечественной психиатрии В. А. Гиляровский справедливо отмечает:

“Несмотря на традиционно установившийся взгляд на шизоидов, как на находящихся в промежуточном состоянии между здоровьем и шизофренией, правильнее видеть в них только комплекс характерно-логических особенностей, которые могут не иметь никакого отношения к шизофрении. Накопление шизоидных черт может быть приобретенным явлением, развиваясь в результате инфекций или соматических заболеваний и тяжелых психических переживаний.”

Заканчивая описание этой характерно-логической особенности, необходимо отметить, что многие из них представляют, кроме специфических для них особенностей, еще и разнообразные астенические черты (“нервность” — одна из характерных черт шизоидов). Особенно много родственного при внимательном анализе можно обнаружить между погруженными в свой внутренний мир тонко чувствующими шизоидами и некоторыми психастениками.

Мечтатели.

Это обыкновенно тонко чувствующие, легко ранимые люди, чаще со слабой волей, в силу нежности своей психической организации плохо переносящие грубое прикосновение действительной жизни. Столкновения с последней заставляют их съеживаться и уходить в себя, они погружаются в свои мечты и в этих мечтах словно компенсируют свои психические затраты за испытываемые ими неприятности в реальной жизни. Именно в этом смысле святоотеческое учение предостерегает от мечтательности, являющейся той дырой в душевной природе человека, через которую наиболее удобен вход силам демоническим.

У таких людей, по словам Святителя Феофана Затворника,

“мечтательность превращается в постоянный характер. Таковы: склонность жить в образах, склонность острить, шутить, празднословить, отвращение от умственного труда, страсть к чтению пустых книг, играм и т.д. (Свят. Феофан Затворник. Начертание христианского нравоучения, стр. 261).

Хрупкость нервной организации роднит мечтателей с астениками, а отрешенность от действительности и аутистическое погружение в мечты не дают возможности провести сколько-нибудь резкую границу между ними и шизоидами. Сплошь и рядом эти люди с повышенной самооценкой, недовольные тем положением, которое они заняли в жизни, но неспособные бороться за лучшее. Вялые, “ленивые,” бездеятельные, они как-то свысока

смотрят на окружающую их действительность и с отвращением выполняют обязанности, возлагаемые на них необходимостью заботиться о материальном существовании. Свободное время они заполняют фантазированием. Главное содержание фантазии — это исполнение их желаний.

Состояние мечтательности греховно по сути своей.

“К плодам ее, или к сопровождающим ее свойствам, можно отнести:

- внутреннее растление: в уме — уклонение от важных трудных занятий и отвлечение к ним; поверхностность и легкомыслие;
- в воле: распаление страсти;
- в чувстве — непрерывное поражение, ибо удары образов прямо падают на сердце.

В мечтах “я” играет первую роль, в удовлетворении какой-нибудь из своих страстей. Человек-мечтатель живет в атмосфере страстной, составленной из внутренних образов и внешнего призрачного вида вещей. Фантазия заключает человека как в какую-то темницу, — в сем мраке всю силую начинает свирепствовать сатана. Когда фантазия предается самовольному движению, тогда приходит сатана в сердце и похищает Слово Божие. Опомнившись от мечтаний, человек находит, что настроен на известное зло, и понять не может, как и откуда” (Там же, стр. 259-261).

Обратить мечтательного человека к реалиям жизни — дело непростое. Если священник желает достигнуть результата, то в данном случае ему необходимо знать механизмы взаимодействия сознательных и подсознательных планов человеческого естества. Путем научения борьбы с помыслами, тщательного их контроля, духовник может обучить мечтателя обладать собственным воображением. Труд и время, по словам Святителя Феофана, могут возратить человека из мира грез, мечтаний, бесплодного фантазирования в мир жизненных реалий, труда, ответственности.

Группа параноиков.

Параноики. Параноик — это не всегда психически больной человек. Самым характерным свойством параноиков является их склонность к образованию так называемых сверхценных идей, во власти которых они потом и оказываются. Эти идеи заполняют психику параноика и оказывают доминирующее влияние на все его поведение. Самой важной такой сверхценной идеей параноика обычно является мысль об особом значении его собственной личности. Соответственно этому основными чертами психики людей с параноическим характером являются очень большой эгоизм, постоянное самодовольство и чрезмерное самомнение.

Это люди крайне узкие и односторонние: вся окружающая действительность имеет для них значение и интерес лишь постольку, поскольку она касается их личности. Все, что не имеет близкого отношения к его “я,” кажется параноику мало заслуживающим внимания, мало интересным. Всех людей, с которыми ему приходится входить в соприкосновение, он оценивает исключительно по тому отношению, которое они обнаруживают к его деятельности, к его словам. Он не прощает ни равнодушия, ни несогласия. Кто не

согласен с параноиком, кто думает не так, как он, тот, в лучшем случае, — просто глупый человек, а в худшем — его личный враг.

Параноика не занимают ни наука, ни искусство, ни политика, ни жизнь церковная, если он сам не принимает ближайшего участия в разработке соответствующих вопросов, если он сам не является деятелем в этих областях. И наоборот — как бы малозначачь ни был бы тот или иной вопрос, раз им занят параноик, это уже важно настолько, что должно получить всеобщее признание.

Особую трудность представляют верующие люди, страдающие параноидальным бредом на религиозные темы. Как правило, их характеризует одна из черт: или это человек, болезненно боящийся преследований, отравления, колдовства, “порчи,” которая, “наводится” на него, либо это человек, получающий непосредственно “свыше” откровения в форме видений или голосов. Об этом он рассказывает спокойно и уверенно, но до тех пор, пока слушатель не усомнится в его словах.

Здесь мы имеем дело уже с демоническими воздействиями, с прелестью, из которой человека нужно попытаться вывести очень мягко, не противореча ему сразу и категорично, не призывая его тотчас покаяться в своей точке зрения. К трезвому осмыслению, анализу, а тем более к покаянию, в этом состоянии они не способны.

Главное при работе с ними — не разорвать нити доверия между больным и пастырем (разумеется, при этом не соглашаться на то, что “видение было от Бога”), уходя от прямого ответа, бережно охраняя душевно связующую пуповину.

В словах священника, сказанных на проповеди, параноики находят намек на себя, но, в отличие от обычного человека рассматривают “намек” не как призыв к исправлению, а желание духовника причинить боль, обиду, рану. Доверие к пастырю у них постоянно под угрозой. Псевдоидеи, высказываемые в категорической форме, превращаются в убеждения больного, против которых становятся бессильны любые доводы.

Что касается эмоциональной жизни параноика, то необходимо сказать, что это человек аффектов односторонних, но сильных. Не только мышление, но и все поступки и действия больного определяются огромным аффективным напряжением, окружающим его комплексы и сверхценные идеи, в центре которых непременно находится не само дело, но личность параноика. Односторонность больного ставит его в состояние отчуждения и враждебности по отношению к окружающим. Крайний эгоизм и самомнение не оставляют места в его сознании для чувств симпатии, для доброго отношения к людям. Церковная жизнь вынуждает больного к прощению, примирению с ближними, хотя бы перед Причащением. Однако это примирение носит внешний, формальный характер, осознание трагедии душевного разрыва с близкими, с духовником им просто чуждо.

Параноидальные реакции являются следствием гипертрофированной гордыни. Самомнение, умноженное на манию преследования, и довольно примитивный набор религиозных знаний дают классический пример религиозного параноика.

Люди, в том числе и духовник, являются просто средствами для достижения поставленных целей. Активность побуждает их к бесцеремонному отношению к окружающим. Сопротивление, несогласие, на которые больные иногда наталкиваются, вызывают у них и без этого присущее им по самой натуре чувство недоверия, обидчивости, подозрительности. Они неуживчивы и агрессивны: обороняясь, они всегда переходят в нападение, и отражая воображаемые ими обиды, сами, в свою очередь, наносят окружающим гораздо более крупные. Таким образом, параноики всегда выходят обидчиками, сами выдавая себя

за обиженных. Всякий, кто входит с параноиком в столкновение, кто позволит себе поступать не так, как он хочет этого и требует, становится его врагом.

Другой причиной враждебных отношений является факт непризнания со стороны окружающих дарований и превосходств параноика. В каждой мелочи, в каждом поступке он видит оскорбление своей личности, нарушение его прав. Таким образом, очень скоро у него оказывается большое количество “врагов,” иногда действительных, а большей частью только воображаемых. Подозрения параноика мотивированы его собственными желаниями, которые он проецирует на других людей. Например, параноик, одержимый желанием убийства, не желая самому себе признаться в этом, проецирует это свое желание на окружающих, которых в этом подозревает, и т.п. Все это делает параноика, по существу, несчастным человеком, не имеющим интимно близких друзей, терпящим в жизни одни разочарования. Видя причину своих несчастий в тех или других окружающих личностях, параноик считает необходимым долгом своим мстить. Он злопамятен, не прощает, не забывает ни одной мелочи.

Нельзя позавидовать человеку, которого обстоятельства вовлекают в борьбу с параноиками, в виду того, что они отличаются способностью к чрезвычайному и длительному волевому напряжению. Они упрямы, настойчивы и сосредоточены в своей деятельности. Если параноик приходит к какому-нибудь решению, то он ни перед чем не останавливается для того, чтобы привести его в исполнение.

Подчас жестокость принятого решения не смущает его, на него не действуют ни просьба ближних, ни даже угрозы власть имущих. Да к тому же, будучи убежденным в своей правоте, параноик никогда и не спрашивает советов, не поддается убеждению и не слушает возражений.

В борьбе за свои воображаемые права параноик часто проявляет большую находчивость. Он очень умело отыскивает себе сторонников, убеждает всех в своей правоте, бескорыстности, справедливости и иной раз, даже вопреки здравому смыслу, выходит победителем в явно безнадежной для него ситуации именно благодаря своему упорству, мелочности и поразительной способности убеждать. Но и, потерпев поражение, он не отчаивается и не унывает, не осознает, что он не прав, наоборот, из неудач он черпает силы для дальнейшей борьбы.

Совершенно излишне добавит к сему, насколько тяжело работать пастырю с такими пасомыми. И, не дай Бог, относительно правильности точки зрения подобного больного встретятся те или иные “подтверждения,” “доказательства” или “тайные признаки” (разумеется, кажущиеся только ему) в Священном Писании или в высказываниях святых отцов. Спорить или дискутировать здесь совершенно бессмысленно. Всякое покушение на его мнение становится одновременно покушением на Православную веру (разумеется в его личном преломлении). Религиозность окончательно блокирует доступ к душе параноика со стороны даже опытного духовника.

К особо ярким примерам параноидальных реакций можно отнести пожилых церковных людей, болезненно реагирующих на то, что “их место” в храме занято, на не приветливость (часто кажущуюся) настоятеля или старосты, в чем видится попытка их “выжить”; чужая сумка, поставленная на “их место,” — намек на то, что им уже давно “пора убираться отсюда.” Они болезненно “замечают,” что их не оценили по достоинству, их благие намерения не поддержали, их не выслушали, не поняли... Но характерным отличием этой категории пасомых от других, проявляющих реакции обиды, является то, что

кажущееся ущемление их достоинства вызывает в них не столько расстройство, уныние, печаль, сколько гнев, злость, желание мщения.

Характерным примером этих проявлений в массовом порядке можно считать нездоровую атмосферу противопоставления себя или группы близких себе лиц “масонам,” “колдунам” и “экстрасенсам,” которых видят даже в духовных лицах, вновь пришедших на тот или иной приход или монастырь. Нередко встречаются люди, которые, всего опасаясь, ищут в храмах приборы “пси-оружия,” а в установке, например, вентиляционной системы в храме усматривают “попытки воздействия на подсознание.”

Отдельно следует отметить массовое нагнетание параноидальных настроений в жизни церковной со стороны некоторых священников, запрещающих употребление продуктов, помеченных штрих-кодом, принятие идентификационных номеров и насаждаемую патологическую боязнь магнитных карточек, приводящую к массовому параноидальному фону в религиозной жизни целых государств. (Например, известны ссылки на старцев, категорически запрещающих употребление продуктов со штрих-кодом, или же старцев, налагающих категорический запрет принятие т.н. “идентификационных номеров”). Ни один благоразумный и духовно рассудительный пастырь не будет вышеизложенные проблемы общественной жизни превращать в религиозные. Тем более, что и в Священном Писании и у святых отцов о принятии печати антихриста на чело и на правую руку говорится как о конкретном и недвусмысленном явлении с условием непрямого отречения от Христа и Православной веры.

Книги и брошюры с предостережениями на эту тему можно встретить в православных храмах и монастырях, иногда издаются целые подборки статей. Не только духовный, но и душевный вред от подобных публикаций огромен. Духовный, в том, что публикаторы рискуют толкнуть доверчивых людей на исповедничество, но не за Христа. Душевный — в возникновении нездоровой параноидальной атмосферы в монастыре, приходе, целом городе, втягивающей в себя все новых и новых людей.⁷

Работа с параноиками, иногда явно, иногда скрытно проявляющих реакции — тяжелое бремя, ложащееся на плечи пастыря. Атмосфера болезненности буквально висит в воздухе, если количество таких прихожан велико. Параноидальный бред (как и шизофренический) заразителен при близком эмоциональном контакте! Люди неуверенные, психически неустойчивые, новопришедшие часто попадают под влияние таких больных, выдающих себя за опытных, знающих то, что сокрыто от других.

В качестве практического совета в общении с таковыми, как пастырю, так и обычному человеку можно настоятельно рекомендовать не вникать глубоко в слова и рассуждения этих больных при общении с ними. Вслушиваться в параноидальный бред не только бессмысленно (рассуждения параноика — это причудливое смешение демонических внушений и собственно его психического повреждения), но и небезопасно. Пытаясь логически распутать этот клубок, пастырь сам рискует запутаться в параноидальных хитросплетениях рассуждений больного. Священнику необходимо помнить, что после погружения в бездне душевной болезни собственно больного, следующей задачей сил демонических является втягивание в это состояние всех, кто так или иначе желает ему помочь (не исключая и духовника).

⁷ Автор этой книги может предположить, что за подобную вольность в толковании современных апостасийных явлений он рискует быть обвинен в том, что сам “продался антихристу,” а деньги на издание “получил с Запада.” Подобное суждение еще раз подтвердит необходимость говорить о серьезном явлении: проникновении параноидального мышления в современную церковную среду.

Вирус подобной душевной болезни заразителен. Совершенно незаметно любой психически неустойчивый человек, находящийся в эмоциональном контакте с параноиком, начинает мыслить, думать его логическими блоками...

Профессор Д. Е. Мелехов считает, что духовнику

“предпочтительнее всего с самого начала показать страдающему бредом человеку свою позицию: “Я верю, что все, о чем вы говорите, — правда,⁸ но лично я не вижу этому доказательств.” Очень важно соблюдать в такой беседе один тактический принцип: не вступать в спор с больным относительно его бреда.⁹ Он должен осознать, что духовник нейтрален и заслуживает доверия, а вовсе не настроен против него. Нельзя забывать, что больной ищет того единственного человека в мире, которому он мог бы довериться. Священник, если он хочет действительно помочь ему, должен стремиться стать этим единственным человеком. Именно эта цель и определяет роль пастыря в духовном окормлении душевнобольного.”

Особо опасны параноики, в которых до или в процессе болезни были заложены слишком категоричные религиозные понятия, ориентированные на максимальные требования к священнику или жизни церковной. Именно таковые считают себя вправе “обличать” священнослужителей, порой даже не считаясь с благочинием богослужения. Опасность параноиков именно в том, что, имея волевой напор и довольно правильно соединяя несколько логических блоков во единое целое, они обладают удивительным влиянием на окружающих их робких или психически неустойчивых прихожан. Избавиться от них трудно, влияние их на общую церковную или монастырскую жизнь крайне разрушительно.

Что же делать пастырю, в приходе которого появился такой больной? Прятаться, избегать его — это не выход из положения. Необходимо выйти на доброе общение, выслушать (конечно, только внешне, не пытаясь вникнуть в рассказ) больного, проявить крайнюю степень Христоподрожательной любви. А главное — относиться к “обличителям” как к **больным** детям, а не как к злонамеренным личным врагам.

Священнику следует тщательно обдумать свои возражения в беседе с параноиком. В противном случае одно неосторожное слово может вызвать озлобление и гнев. Духовник должен быть готов к подозрительности и недоверию. Стремление священника избежать его общества или принятие им противоположной позиции лишь укрепит параноика в его подозрениях и ожиданиях “коварного обмана.” Пастырю предстоит терпеливо и стойко переносить эти проявления недоверия (особенно в начале знакомства), мнительности, возмущения, злословия и даже клеветы, помня, что они исходят от больного человека. Очень важно в общении с таким больным прихожанином избрать четкую позицию, не давая размывать ее: не слишком приближать такого человека к себе, но и не отталкивать. Необходим нейтральный, мягкий подход, позволяющий священнику держаться от больного на определенной дистанции, дабы не дать ему повода для подозрений, что ему уделяют чрезмерное внимание лишь для того, чтобы унижить, отвергнуть и покинуть его в последний момент.

⁸ Подтверждается тем самым доверие к субъективной правде человека, подтверждение того, что мы понимаем, о чем он говорит, а не согласие с тем, что действительное положение вещей таково. Такое согласие помогает установлению контакта с больным.

⁹ Иначе пастырь рискует нажить серьезнейшего и мстительного врага.

Как общее правило: в сложных случаях, могущих смутить совесть пастыря, он должен помнить, что соучастие и доброе отношение всегда лучше, чем излишняя строгость, ибо перед священником стоит человек с большой волей или большим рассудком, требующий участия, помощи и лечения.

Надо добавить, что, пока параноик не пришел в стадию открытой вражды с окружающими, он может быть очень полезным работником в жизни прихода или монастыря. На избранном им узком поприще деятельности он будет работать со свойственным ему упорством, систематичностью, аккуратностью и педантизмом, не отвлекаясь никакими посторонними соображениями и интересами.

Застревающие. Застревающих людей, характеризует патологическая стойкость аффекта.¹⁰ Обычный человек так или иначе проявляет различные греховные или положительные чувства в разных ситуациях, но по прошествии случившегося все постепенно затихает. Нередко бывает, что человек раздражается, гневается, а затем вспышка гнева гаснет. У боязливого человека, например, чувство страха проходит после того, как устранен его источник. Если же реакция внешнего выхода на ту или иную ситуацию не состоялась, то аффект прекращается значительно медленней. Но все же, если человек переходит к другим темам, “переключается,” то обыкновенно аффект через некоторое время проходит. Даже если разгневанный человек не смог немедленно отреагировать на неприятную ситуацию словом или делом, то обычно на следующий день он уже не ощущает сильного раздражения против обидчика. Боязливый человек, которому не удалось уйти от внушающей страх ситуации, на некоторое время чувствует себя как бы освобожденным от страха.

Иное дело застревающие люди. Действие аффекта у них прекращается гораздо медленнее. Стоит лишь мыслью или чувством вернуться к случившемуся, как немедленно оживают сопровождающие стресс эмоции. Аффект у застревающего человека держится очень долгое время, хотя никакие новые переживания его не активизируют. Патологическими последствиями чреваты в первую очередь эгоистические аффекты, то есть проявление гордыни и тщеславия, так как именно им присуща особая сила. Вот почему застревание наиболее часто проявляется тогда, когда затронуты личные интересы упоминаемого человека. Аффект в этом случае оказывается ответом на уязвленную гордость, задетое самолюбие, а также на различные формы подавления — реальные или кажущиеся. Хотя объективно уровень смирения, или унижения может быть ничтожным или просто кажущимся.

Оскорбление личных интересов застревающими людьми никогда не забывается, поэтому их часто характеризуют как злопамятных и мстительных людей. Здесь, кроме патологических проявлений, лежащих в деформированной психической структуре, имеют место нравственные дефекты, и они являются доминантными.

Светская психиатрия рассматривает в этом и подобных случаях только невротическую, психическую реакцию. Православный пастырь должен учитывать нравственный аспект поднимаемой проблемы, который состоит в *неумении прощать, неумении смиряться, неумении любить, неумении уступить и отдать.*

Застревающих людей можно охарактеризовать как чувствительных, болезненно обидчивых, легко уязвимых людей. Как мы уже упомянули, их обиды, их чувствитель-

¹⁰ Аффект — эмоциональная реакция, характеризующаяся физическими проявлениями и расстройством мышления; используется как синоним эмоции. Аффективное чувство обладает достаточной силой, чтобы вызвать нервное возбуждение и другие явные психомоторные нарушения. В отличие от чувств, которыми можно управлять, аффект возникает помимо воли человека и подавляется с большим трудом.

ность касаются исключительно их самолюбия, сферы задетой гордости и представления о личном достоинстве, которое ни в коем случае нельзя трогать и как-то задевать.

Чувство возмущения общественной несправедливостью, к примеру, у личности застревающего типа наблюдается в более слабой степени, чем аффект на уровне эгоистических побуждений. Если среди представителей такого типа все же встречаются люди, которые устраивают борьбу за справедливость, то они одновременно отстаивают справедливость не только в отношении какой-то группы, но и по отношению к самому себе. Обобщением они стараются лишь придать вес своим личным претензиям.

К примеру, на приходе случается такая ситуация: священник раздает благословения, те или иные святыни или иконочки, и вдруг оказывается, что подарки не достаются целой группе лиц... Тогда “борец за справедливость,” вдруг обнаружив такое ущемление его прав, готов поднять войну против священника, обвинить его в бездуховности, несправедливости, жестокости и т.д. Ну а если он окажется в группе лиц, которым досталось? В таком случае этот человек шума или войны в защиту прав “обделенных” обычно не поднимает. Он спокоен, потому что его личный интерес удовлетворен.

Черты застревания проявляются не только при нанесении ущерба такому человеку, но и в случае его успеха. Здесь мы можем часто наблюдать проявление заносчивости и самонадеянности. Честолюбие — характерная черта у лиц с чрезмерной стойкостью аффекта. Честолюбие сопровождается самоуверенностью, поощрений таким людям всегда бывает мало. Если у застревающего человека вдруг начинает что-то получаться, то он уже совершенно не сомневается, что в этом реализовался, достиг определенного мастерства, ему совершенно невозможно сделать замечания ни по какому поводу. Если же он уже стоит на какой-то иерархической ступени в церковной жизни, попробуй скажи такому человеку, что он свои обязанности выполняет недобросовестно, или что он не соответствует занимаемой должности. Он сразу же проявит возмущение, гнев, обиду, злобу, обвинение в несправедливости, даже не попытавшись усомниться в своем соответствии занимаемому посту, в своей компетенции.

Если возникают помехи эгоистическим устремлениям застревающей личности в реализации своей гордыни, то при высокой степени застревания начинают проявляться параноидальные черты, человек становится подозрительным. В любом проявлении внешнего действия со стороны других людей он склонен видеть намек на собственную ущербность. Если кто-то за него начинает выполнять работу, которую он не сделал, это воспринимается как намек на то, что его вот-вот рассчитают или уволят с занимаемой должности.

Человек болезненно чувствительный, постоянно страдающий от мнимо плохого отношения к себе, точно так же теряет доверие к людям, как человек, недоверие которого объективно и обосновано. Ведь подозрительность вполне обоснована, например, у человека ревнивого, которого действительно обманывают. Но если оправданная подозрительность не идет дальше конкретного случая, подозрительность застревающего носит всеохватывающий характер, поскольку она порождается не определенными внешними обстоятельствами, а коренится в природе поврежденной психики, и характеризуется наличием общего недоверия, распространяющегося на любые области и отношения.

Повторение нескольких однотипных травмирующих случаев в приходской или монастырской жизни человека застревающего типа может послужить толчком к началу развития параноических проявлений. Но объяснить последние только суммированием подобных случаев было бы неверно.

Если какой-то человек постоянно чувствует себя мишенью для обидных замечаний, допустим, со стороны священника, то с одной стороны будет постепенно расти ненависть по отношению к духовнику, а с другой — притупится реакция на систематически действующие раздражители. То есть, может произойти ослабление аффекта. Такой результат наблюдается обычно в тех случаях, когда вступить в борьбу безнравственно или невозможно.

Постоянное нарастание аффекта вызывается в процессе длительного чередования успехов и провалов, мнимых или действительных. Представим себе ситуацию: священник сделал замечание. Существуют разные варианты реагирования на обидные слова: обидеться, перестать разговаривать, демонстративно уйти или, может быть, нагрубить в ответ. Однако успех этот будет лишь частичным. Чувство удовлетворения для застревающего человека не наступит, так как вскоре вновь (и это нормально), последует новое замечание со стороны пастыря. Если человек начинает постоянно отбрыкиваться, отталкиваться, грубить, то ли настоятелю храма, то ли игумену монастыря, то рано или поздно непрерывные рывки между: “Простите меня, батюшка,” и новой грубостью и хамством приведут к возникновению проявлений душевной болезни.

Подобное развитие может иметь место при описанных предпосылках даже у людей, не отличающихся застреманностью аффекта. Такое встречается в быту, в домашней жизни: например, в борьбе невестки со свекровью, где начинается развитие реакций типично параноических. Каждая из враждующих сторон подозревает другую в том, что она начнет “докапываться” и “доставать.” При этом сам аффект бывает неизмеримо сильнее, чем вызвавший его повод. Особенно велика опасность тогда, когда в вышеописанное раскачивание вовлекается аффект, обладающий тенденцией к стойкости. В этом случае толчок в обратную сторону не дает достаточного снижения силы аффекта.

Душевный мир застревающего человека чрезвычайно беден. Такой человек может застрять (как говорилось выше) как на положительной, так и на отрицательной эмоции. Если, к примеру, что-то из эмоционально прожитого им было ярким, положительным, то это будет устойчивая потребность, чтобы это положительное повторялось вновь и вновь. Человек как бы не может заняться поиском новых форм раскрытия в себе жизненных радостей.

Примером позитивного застремания может быть прокручивание по много раз однажды услышанной аудиозаписи, *но не потому что важна душевная ее глубина или мелодическая гармония, а потому что хочется опять испытать и пережить то, что было пережито эмоционально как яркое и радостное тогда, когда это было услышано впервые.* Другим примером может быть потребность во встрече со знаменитым духовником, но не по причине возникновения духовных вопросов, а в виду потребности прежнего эмоционального переживания значимости себя в его присутствии.

Больной часами рассказывает об эмоционально ярких впечатлениях прошлого, в том числе и религиозных, делится с другими людьми тем, что дорого свойственно каждому человеку. Для каждого из нас важно поделиться впечатлениями о тех или иных встречах, паломнических поездках. При этом мы стараемся внимательно и чутко слышать, когда нужно остановиться и прекратить, если собеседнику стало тяжело и неинтересно. Застревающий же человек рассказывает о своих встречах, о своих знакомствах, в том числе и духовных, исключительно для себя и ради самого себя, для того, чтобы еще раз возвратиться к воспоминанию о том, что было им пережито, как радостное, пережить это радостное в присутствии другого. Именно в силу того, что застревающий человек не живет

здесь и сейчас, а живет своими прошлыми запечатлениями, как негативными, так и позитивными, его внутренний мир оказывается обедненным. И чем больше он не в состоянии освободиться от запечатления, тем больше обедняется его дальнейшая жизнь и сужаются ее рамки.

Поскольку застревающий человек в значительной мере подвержен страсти тщеславия, в его жизни имеет место такое важное качество, как ревность. Он очень ревнив, и если видит внимание, уделяемое другому человеку в его присутствии, то буквально кипит от гнева. Самолюбие у такого человека настолько болезненное, что кажется ему нет предела. Например, он подходит к группе людей, включается в разговор, но его шутки, его балагурство никто всерьез не воспринимает. В результате этого возмущение его изливается как на себя самого (“такого глупого и неостроумного”), так и на других людей, которые “не ценят меня такого умного.”

Страдания такого человека по поводу того, что он нелюбим, незначим, “не состоялся,” противостоят захватывающему ощущению счастья, связанного с надеждой что он все-таки любимый, значимый, и ничем не хуже других. Эта противоречивость чувств выливается в огромной силы внутренний конфликт. Наступает состояние любви, исполненной ненависти.

Для застревающего человека характерно постоянное метание в противоречивостях между поражением и успехом. Причем, если вдруг в момент краха всплывет какое-то положительное воспоминание, ощущение, он может тотчас забыть о крахе и уже планировать реализацию того, что он намечтал, как предполагаемую собственную победу.

Критическое отношение к собственному поражению, к грехопадению, к ужасу своих греховных поступков, которые были допущены, у такого человека может совершенно вытесняться или оставаться только на сознательном плане.

В периоды, когда человек подвержен своим положительным или отрицательным застреваниям, он входит в область безнравственного поведения, безнравственных отношений с другими.

При перевесе светлых, радужных чувств человек впадает в эмоционально-восторженные переживания. Вся энергия, необходимая для малейшего реального делания, куда-то пропадает, ибо душевных сил хватает только на то, чтобы переживать свои положительные или негативные запечатления.

Со временем такая игра положительных и отрицательных застреваний приводит к возникновению *сверхценных идей*. Этим термином в психопатологии названы идеи, которые всецело овладевают мышлением человека, всей структурой его личности, волей, чувствами, умом. Например, человек на какое-то время может быть полностью захвачен переживанием идеи своей ущербности. Или же он застревает на ревности. Или на идее собственных потенциальных, грандиозных достижений. Или же он во власти идеи, что с ним поступили несправедливо, а следовательно все остальные отношения, переживания, чувства, мысли, обещания, возможно даже данные когда-то супружеские или монашеские обеты, для него становятся несуществующими.

Застревающий тип личности может пойти в своем развитии по двум направлениям. Или он будет по гордости утверждаться в поставленных целях, или же, если человек застрял на собственной ущербности и неполноценности, не исключена возможность полного душевного саморазрушения. Если застревание происходит как на положительном, так и на отрицательном уровнях, наступает неизбежная ситуация психического срыва и психопатологии.

Не обладая склонностью к самовнушению, такие люди должны реально завоевать признание *других* людей, чтобы иметь основание гордиться собой. Таким образом, честолюбие и гордость становятся у них движущей силой на пути к значительным трудовым или творческим показателям. Чаще всего при этом происходит бесцеремонное подавление и оттеснение всех других людей, в которых они видят конкурентов для своей самореализации.

Осознание того, что другие люди виновны в создающейся вокруг него ситуации настолько глубоко внутренне переживается человеком как правда, что переубедить его в этом совершенно невозможно. Ощущение внутренней правоты затмевает всякое благоразумие. Святоотеческие наставления, Заповеди Божий, наставления духовника,— все подминается ощущением чувства собственной правоты.

Обычно в монастырях и в приходских общинах таких людей не любят. Их патологические свойства характера проявляются довольно скоро и наталкиваются на недовольство и смущение со стороны братии.

Пастырю необходимо остановить, образумить такого человека, и сориентировать его на то, чтобы он достигал поставленных жизненных целей не “движением напролом,” а самоотдачей в труде, в послушании. Духовник может предупредить, что если этого не произойдет, то итог будет один: неперемный личностный крах, подозрительность и враждебность.

Нередко человек в состоянии застревания может сказать такие слова: *“Если Сам Бог мне скажет, что это не так, я не поверю, потому что это так”* (Варианты: “Весь мир...,” “Сам Патриарх...,” “какой угодно старец...”). То есть понятие Бога, Церкви, не говоря уже о духовнике и о всяком братском участии в жизни человека, сводится на нет, потому что человек добровольно отдается в руки сил, которые в нем самом констатируют уже не столько психопатологию, сколько элементы одержимости.

Священник Анатолий Гармаев рассматривает застревающих личностей как находящихся в состоянии эмоциональности от печали.

“Эмоциональность от печали при малейших состояниях тоски, одиночества, обладает способностью глубоко в нее западать. Самый какой-нибудь жизненный пустяк приводит к катастрофе. Какая-нибудь несостоятельность среди людей, приводит к депрессии, малая неудача в делах приводит к чувству краха. К сожалению, такой пессимизм, такая поверхностность эмоциональности трагична. Естественно, что при такой эмоциональности у этого человека семья не может состояться. Не могут состояться никакие серьезные отношения. Застревание создает, к сожалению, наибольшие сложности в жизни, как самого человека, так и всех окружающих его людей.

Эмоциональная память часто возвращает его к прошлым событиям. И где бы и с кем бы этот человек не встретился, он постоянно рассказывает о том, что было у него, как радость. Человек может дожить до старости, и так же ярко переживать давно прошедший радостный период. И так как более яркого периода у него не было, то ни о чем другом он не вспоминает, а вспоминает только об этом периоде.

В конечном итоге такой человек переживается другими как скучный. О чем бы с ним не заговорили, все приведет к тому, что он будет рассказывать про свои яркие периоды. Сам в себе человек этого не замечает. Он держится за эти памятные

точки, как за главные стержни своего “Я.” И поэтому в них самодостаточен, и поэтому за них до самой смерти держится.

Часто такие люди собирают фотографии прошлых событий, очень дорого, бережно их хранят, собирают различные предметы, обозначающие те или иные события, памятные знаки тех или иных событий и так далее.”

Что можно пожелать пастырю который взялся за нелегкое дело душевного окормления застревающего человека? Терпение, терпение, терпение... Постараться набраться сил, любви, жалеть человека, как неспособного адекватно оценивать и анализировать обстановку. Относиться к нему как к ребенку, который в обиде бьет маму кулачком по лицу или разбрасывает свои кубики на ковре. И в себе самом постараться опровергнуть те ожидания точек застревания, на которые человек провоцирует священника, в себе самом найти силы для того, чтобы разрушить греховный, невротический взгляд на мир, который носит в себе пришедший к нему человек, назвавшийся когда-то духовным чадом.

Фанатики.

Этим психиатрическим термином, характерным для обычной речи, обозначаются люди, с предельной слепотой и страстностью посвящающие свою жизнь служению одному делу или одной идее, с готовностью ради этого дела или этой идеи попирают доводы здравого смысла, а нередко — и нравственные нормы.

Православие чуждо всякому фанатизму. Православное устройство души гармонично. “Православие — это здоровый образ жизни,” как выразился один мудрый духовник. Но среди православных людей могут встретиться именно фанатики, т.е. люди, зациклившиеся лишь на одном высказывании, одном направлении, одной заповеди, забывшие, что заповедь Божия “широка зело,” или не осознавшие сердечной чуткостью необходимости принятия учения Христова во всей его полноте. Примером такого “зацикливания” лишь на одном предмете всего многообразия христианства может быть даже вершина добродетели — молитва, а вернее субъективное ее восприятие как повод в “молитвенном уединении” отгородиться от “злого и жестокого мира.”

Но как определить, действительно ли человек пребывает в молитве или вошел в ту область фанатизма, из которой его желательнее побыстрее вытащить, иначе дело может принять самый непредвиденный оборот? Прекрасный ответ на это вопрос дает преп. Иоанн Лествичник:

“Если ты стоишь на молитве, а брат твой постучался для того, чтобы попросить тебя о чем-либо, то оставь молитву и послужи брату, потому что молитва — это твоя частная добродетель, а оказать любовь несравненно выше, в ней — полнота совершенства.”

Этот принцип может быть лакмусовой бумагой и ко многим другим ситуациям.

Человек — существо социальное. Мы созданы Богом для события в любви. Человек, обладающий социальным чувством, чужд фанатизма. Поскольку социальное чувство в своей формулировке является формой деятельного проявления любви к ближнему, необходимо дать ему расширенную формулировку.

“Социальное чувство — инстинктивная и в то же время осознаваемая и управляемая способность видеть глазами другого, слышать ушами другого, чувствовать сердцем другого. Эта способность опирается на чувство принадлежности к группе, народу, способность к глубокой эмоциональной коммуникации с людьми, интерес к процессам, происходящим в обществе, веру в людей, способность доверять, быть откровенным, искренним, свободным в диалоге, оптимизм и историческое чувство, готовность выслушивать критику, трезво оценивать свои способности, признавать свое несовершенство, готовность проявить доброту, участие, инициативу.”

(А. Адлер. О невротическом характере. Университетская книга, 1997, стр. 20-21).

Если какая-либо увлеченность (в том числе и отдельными религиозными вопросами) ставится выше единства с остальными людьми, с лишением их права на собственную точку зрения, неприязнь и ненависть в виду их инаковости, возникает реальная опасность проявления фанатизма. И хорошо, если с фанатизмом мы встречаемся исключительно как с недоразумением на уровне теоретически неправильно понятых религиозных истин. Гораздо труднее, если фанатизм начал проявляться как психическая поврежденность. Замечено, что первое предшествует последнему.

Фанатики, как и параноики,— люди “сверхценных идей,” крайне односторонние и субъективные. Отличает их от параноиков то, что они, обыкновенно, не выдвигают так, как последние, на передний план свою личность, а более или менее бескорыстно подчиняют свою деятельность тем или другим идеям общего характера. Центр тяжести их интересов лежит не в самих идеях, а в претворении их в жизнь — результат того, что деятельность интеллекта чаще всего отступает у них на второй план по сравнению с движимой глубоким аффектом волей...

Аффекты фанатиков так же, как их идеи, не отличаются богатством. Это люди не только одной идеи, но и одной страсти. Будучи большей частью лишенными грубой корысти и такого неприкрытого и всепоглощающего эгоизма, какой свойственен параноикам, фанатики, однако, редко оказываются способными проявлять душевную теплоту по отношению к людям. В силу этого их воля и направленность их деятельности может быть выправлена мудрым пастырем, со стороны которого необходим кропотливый подход к этим людям, ищущим в религиозной жизни более самореализации, чем служения.

Нужно сказать, что здоровая, благодатная обстановка жизни церковной, теплота братских отношений в приходе или монастыре может смягчить нездоровую устремленность фанатиков, направить ее в нужное русло. Для этого необходимо постоянное внимание со стороны пастыря к таким пасомым. Духовник может с помощью добрых слов, бесед, искреннего отношения, самой жизнью показать им, что сохранить полноту, открытость человеческих отношений в церковной общине и вне ее гораздо важнее, чем исполнить огромное количество внешних принципов и предписаний церковно-уставной жизни, если при этом будет утрачен дух любви и братского понимания.

Фанатизм, проявляемый во внецерковной среде, чрезвычайно опасен. Главная сила фанатиков заключается в их несокрушимой воле, которая помогает им без колебания осуществлять то, что они считают нужным. К голосу убеждения они глухи, вся их страстная, но несложная эффективность находится целиком на службе их убежденности, а сопротивление и преследования только закаляют их. В личных отношениях они, чаще всего, или безразлично холодны, или требовательно строги. Человеческое горе их не трогает, и бездушная жестокость нередко составляет их свойство. Железная воля и делает фанатиков опасными для общества.

Психиатрам приходится встречаться с ними, главным образом, как с вождями новых религиозных течений и сект. Нередко под их руководством совершались изуверские дела и чудовищные преступления: самоистязания, пытки, мучительства, убийства. Жизненный путь фанатика определяется его внутренним существом: это человек борьбы, редко обходящийся без столкновений с действительностью. Отсутствие дара рассудительности легко приводит его к конфликту с законом и общественным порядком.

Группа эпилептоидов.

Самыми характерными свойствами эпилептоидов является, во-первых, крайняя раздражительность, доходящая до приступов неудержимой ярости, во-вторых, приступы расстройства настроения (с характером тоски, страха, гнева) и, в-третьих, определенно выраженные моральные дефекты: антисоциальные установки. Обычно это люди очень активные, односторонние, напряженно-деятельные, страстные, любители сильных ощущений, очень настойчивые и упрямые. Их жизненная установка имеет несколько неприятный, окрашенный плохо скрываемой злобой оттенок, на общем фоне которого время от времени, иной раз по ничтожному поводу, развиваются бурные вспышки неудержимого гнева, ведущие к опасным насильственным действиям. Они очень нетерпеливы, крайне нетерпимы к мнению окружающих и совершенно не выносят противоречий. Если к этому прибавить большое себялюбие и эгоизм, чрезвычайную требовательность и нежелание считаться с интересами других, то станет понятно, что поводов для столкновений с окружающими у эпилептоидов всегда много. Даже тогда, когда таких поводов нет вовсе, им ничего не стоит их выдумать только для того, чтобы разрядить накапливающее у них чувство раздражения. Они подозрительны, обидчивы, мелочно придиричивы. Все они готовы критиковать, всюду видят неполадки, исправления которых им обязательно надо добиться.

В семейной жизни эти больные — обыкновенно несносные тираны, устраивающие скандалы из-за опоздавшего на несколько минут обеда, подгоревшего кушанья, плохой отметки у сына или дочери, позднего их возвращения домой, сделанной без их спроса покупки и т.д. Домашним они постоянно делают всевозможные замечания, мельчайшую провинность возводят в крупную вину и ни одного проступка не оставляют без наказания. Они всегда требуют покорности и подчинения себе и, наоборот, сами совершенно не выносят повелительного тона у других, пренебрежительного к себе отношения, замечаний и выговора.

С детства непослушные, эпилептоиды всю жизнь проводят в борьбе за кажущееся им ограничение их самостоятельности — борьбе, которая кажется им борьбой за справедливость. Их неуживчивость с одной стороны доходит до того, что многие из них, благодаря их страсти во все вмешиваться, всю жизнь принуждены проводить в скитаниях, а с другой, и больше всего, из-за абсолютной неспособности в течение хотя бы малого времени сохранять мирные отношения с сослуживцами, с начальством, с соседями.

Особо отметим их склонность к эпизодически развивающимся расстройствам настроения, могущим возникать как спонтанно, без всякой причины, так и реактивно — под влиянием тех или других неприятных переживаний. То, что отличает подобные расстройства от депрессивных состояний всякого другого рода, это почти постоянная наличность в них трех основных компонентов: злобы, тоски и страха. Подобные расстройства настроения могут продолжаться недолго, но могут и затягиваться на день или даже на

несколько дней. И именно на эти-то дни и падают наиболее бурные и безрассудные вспышки в их поведении.

При этом эпилептоиды всегда остаются людьми очень узкими, односторонними и неспособными хотя бы на мгновение отрешиться от своих эгоистических интересов, полностью определяющих их очень напряженную деятельность. Чувство симпатии и сострадания, способность сопереживания им недоступны. Отсутствие этих чувств в соединении с крайним эгоизмом делает их морально неполноценными и способными на действия, далеко выходящие не только за рамки приемлемого в нормальных условиях общежития, но и за границы, определяемые уголовным законом. Особенно часто они сталкиваются с последними из-за совершенных ими насильственных актов, попадая под суд по обвинению в убийстве или нанесении тяжелых ран. Более невинное значение имеет склонность к скандалам, особенно часто проявляемая ими под влиянием алкоголя, который они обыкновенно плохо переносят, давая довольно часто вспышки так называемого патологического опьянения.

Эпилептоиды, в большинстве своем, — люди инстинктов и примитивных влечений. Страстные и неудержимые, они ни в чем не знают меры: ни в безумной храбрости, ни в актах жестокости, ни в проявлениях блудных страстей. Но иногда — это люди удивительной эрудиции, мастера споров, многоодаренные личности, но ни в коем случае не плодотворные деятели.

Эпилептоидов не должно путать с эпилептиками! Первых относят к группе людей с характерно-биологическими особенностями, вторых — к психопатологиям.

Группа истероидов.

Истероиды. Истерические нарушения — явление, довольно распространенное в пастырской практике. Истерия легче всего находит точки соприкосновения с проявлениями религиозными. Затруднения духовника в работе с истериками заключаются в том, что эта болезнь может легко скрываться под довольно доброкачественными формами религиозной жизни. Женщины подвержены ей в большей степени, чем мужчины.

Главными особенностями психики истеричных являются: стремление во что бы то ни стало обратить на себя внимание окружающих и отсутствие адекватности по отношению как к другим, так и к самому себе (искажение реальных соотношений), другими словами, стремление казаться больше, чем на самом деле есть. Архимандрит Киприан дополняет эти признаки следующими: легкая переменчивость настроений и довольно резкие переходы от одной крайности к другой; жалобы на то, что “жизнь надоела” с угрозами самоубийства (которые у истерика никогда не выливаются в реальные суицидальные действия), а также “умственная анархия.”

Во внешнем облике большинства представителей группы, объединяемой этими свойствами, особенно обращают на себя внимание нарочитость поведения, театральность и лживость. Им необходимо, чтобы о них говорили, и для достижения этого они не брезгают никакими средствами. В благоприятной обстановке, если ему представится соответствующая роль, истерик может и на самом деле “отличиться”: он может произносить блестящие, зажигающие речи, совершать красивые и не требующие длительного напряжения подвиги, часто увлекая за собой толпу. Он способен и к актам подлинного самопожертвования, если только убежден, что им любуются и восторгаются. Горе истерической личности в том, что у нее обыкновенно не хватает глубины и содержания для того, чтобы

на более или менее продолжительное время привлечь к себе достаточное число поклонников. Их эмоциональная жизнь капризно неустойчива, чувства поверхностны, привязанности непрочны и интересы неглубоки; воля их не способна к длительному напряжению во имя целей, не обещающих им немедленных лавров и восхищения со стороны окружающих. Они безмерно любят то, что вскоре без оснований начинают ненавидеть.

При первом знакомстве многие истерики кажутся обворожительными. Они могут быть мягки и вкрадчивы, капризная изменчивость их образа мыслей и настроения производит впечатление подкупающей детски простодушной непосредственности, а отсутствие у них прочных убеждений обуславливает легкую их уступчивость в вопросах принципиальных. Обыкновенно, только постепенно вскрываются их отрицательные черты, и прежде всего неестественность и фальшивость. Каждый поступок, каждый жест, каждое движение рассчитаны на зрителя, на эффект. Дома в своей семье они держат себя иначе, чем при посторонних; всякий раз, как меняется окружающая обстановка, меняется их нравственный и умственный облик.

Они непременно хотят быть оригинальными, и так как это редко удается им в области положительной, творческой деятельности, то они хватаются за любое средство, подвертывающееся под руку, будь то даже возможность привлечь к себе внимание необычными явлениями какой-нибудь болезни... Боясь быть опереженными кем-нибудь в задуманном ими эффекте, истеричные обычно завистливы и ревнивы. Если в какой-нибудь области истерику приходится столкнуться с соперником, то он не пропустит самого ничтожного повода, чтобы унизить последнего и доказать ему свое превосходство. Своих ошибок истерики осознавать чаще всего не хотят; если что и происходит не так, как было нужно им, то всегда не по их вине. Поэтому иногда они чувствуют себя изгоями, они болезненно мнительны, вечно “непонятые.” Истерики любят играть роль, вся его жизнь сводится к игровому, подражательному, театральному моменту. Склонность к “игровому поведению,” перевоплощению, частая смена личин объясняется, во-первых, отсутствием внутреннего положительного стержня личности и, во-вторых, (как следствие) повышенной восприимчивостью, способностью подпадать под чужое влияние.

Чего они не выносят, так это равнодушия или пренебрежения — им они всегда предпочтут хоть какую-то реакцию на себя, вплоть до неприязни и даже ненависти. По отношению к тем, кто возбудил их неудовольствие, они злопамятны и мстительны. Будучи неистощимы и неразборчивы в средствах, они лучше всего чувствуют себя в атмосфере скандалов, сплетен и дразг. В общем они ищут легкой привольной жизни, и если иногда проявляют упорство, то только для того, чтобы обратить на себя внимание.

Духовная незрелость истерической личности, не давая ей возможности добиться осуществления своих притязаний путем воспитания и развертывания действительно имеющихся у нее способностей, толкает ее на путь неразборчивого использования всех средств воздействия на окружающих людей, лишь бы какой угодно ценой добиться привилегированного положения. В религиозной сфере истерики легко переходят от ханжества к полному равнодушию. Для них характерна *не** синусоида, а скачки* настроений. Такие пасомые с легкостью без видимой причины оставляют монастыри, меняют духовников при малейшем неудовольствии ими, тотчас оставляют всякое проявление церковной жизни, если вдруг утрачивают в ней новизну ощущений. Им свойственны то клятвы в “вечной любви” по отношению к проявившим к ним внимание и интерес, то угрозы, шантаж, выдвигание каких-то условий подчинения или послушания по отношению к тем же людям, изменившим прежде открытое отношение на более сдержанное. Новый толчок, новый

“допинг” эмоционального проявления (перевод на послушание в алтарь, монашеский постриг или повышение общественного статуса в приходской жизни) на какое-то время держат больного на месте. Когда же наступает время кропотливого, деятельного, внешне неэффективного труда, они отходят от возложенной ответственности, даже не задумываясь о том, что могут этим кого-либо подвести.

Особенно следует подчеркнуть инфантильное строение эмоциональной жизни истериков, считая его причиной не только крайней поверхностности их эмоций, но и часто недостаточной их выносливости по отношению к травмирующим переживаниям. Надо только отметить, что и в области реакции на психические травмы нарочитое и выдуманное часто заслоняет у истериков непосредственные следствия душевного потрясения.

В балансе психической жизни людей с истерическим характером внешние впечатления играют очень большую, быть может, первенствующую роль. Митрополит Антоний Сурожский особо отмечает артистичность в поведении истериков:

“В истерии есть момент комедианства, лжи, игры и т.д. Такого рода психические настроения, конечно, губительны для духовной жизни, потому что правды остается очень мало; человек так запутывается в собственной комедии, что трудно добиться, чтобы он правдиво стоял перед Богом. Если он и исповедоваться придет, он, может, даже скажет всю правду, но сам по отношению к этой правде станет как бы любоваться: настолько драматично он описывает, какая он дрянь. И это уже не исповедь, это бесполезно. Человек не может каяться, когда, исповедуясь, он смотрит краешком глаза и думает: “Какое же впечатление я произвожу? Неужели он не сражен тем ужасом, который я описываю?”

(Московский Психотерапевтический Журнал, № 4 за 1994 г., стр. 167-168)

Человек с истерическим складом психики не углублен в свои внутренние переживания (как это делает хотя бы психастеник), он ни на одну минуту не забывает происходящего кругом, но его реакция на окружающее является крайне своеобразной и прежде всего избирательной. В то время, как одни вещи воспринимаются чрезвычайно отчетливо, чрезвычайно тонко и остро, кроме того, фиксируются даже надолго в сознании в виде очень ярких образов и представлений, другие совершенно игнорируются, не оставляя решительно никакого следа в психике и позднее совершенно не вспоминаются. Внешний, реальный мир для человека с истерической психикой приобретает своеобразные, причудливые очертания. Объективный критерий для него утрачен, и это часто дает повод окружающим обвинять истеричного в лучшем случае во лжи и притворстве. Границы, которые устанавливаются для человека с нормальной психикой пространством, с одной стороны, и временем — с другой, для истеричного не существуют; он не связан ими. То, что было вчера и нынче, может казаться ему бывшим десять лет назад и наоборот. И не только относительно внешнего мира истеричный человек осведомлен неправильно; точно так же осведомлен он относительно всех тех процессов, которые происходят в его собственном организме, в его собственной психике. В то время, как одни из его переживаний ускользают от него самого, другие, напротив, оцениваются чрезвычайно тонко. Благодаря яркости одних образов и представлений и бледности других человек с истерическим складом психики сплошь и рядом не делает различия или, вернее говоря, не в состоянии сделать таковой между фантазией и действительностью, между виденным и только что пришедшим ему в голову, между имевшим место наяву и виденным во сне; некоторые мысленные образы настолько

ярки, что превращаются в ощущения, другие же, напротив, только с большим трудом возникают в сознании.

Лица с истерическим характером, так сказать, эмансипируются от фактов. Крайне тонко и остро воспринимая одно, истерик оказывается совершенно нечувствительным к другому; добрый, мягкий, даже любящий в одном случае, он обнаруживает полнейшее равнодушие, крайний эгоизм, а иногда и жестокость — в другом. Гордый и высокомерный, он подчас готов на всевозможные унижения; неуступчивый, упрямый вплоть до негативизма, он становится в иных случаях согласным на все, послушным, готовым подчиниться чему угодно; бессильный и слабый, он проявляет энергию, настойчивость, выносливость в иных случаях.

Некоторые физические признаки могут также свидетельствовать о наличии крайних проявлений истерической психопатии в человеке. Сюда относятся жалобы на ощущение “гвоздя в голове,” “шарика в горле,” нечувствительность к болевым ощущениям, или наоборот, сверхчувствительность к таковым.

Возможность пастырской помощи больным истерической психопатией расценивается в медицине и пастырском душепопечении по-разному. Легкие случаи, особенно связанные с периодом созревания, врачи оценивают оптимистически. С течением времени и под наблюдением врачей истерия может пройти или сгладиться. В более сложных формах болезнь трудно поддается лечению, иногда переходя в форму маниакально-депрессивного психоза, жертвы которого не способны ни к брачной, ни к монашеской жизни. Эти несчастные люди обрекают на постоянные страдания своих близких, наиболее уязвимыми из которых становятся супруг (супруга), а в монастыре — духовник.

Архимандрит Киприан справедливо считает, что в попечении об истерике пастырю необходимо усвоить ряд принципов. Меньше всего рекомендуется говорить о его болезни, не обращая внимания на мнение больного. Так как многое зависит от доброй воли самого больного, то пастырь должен постараться прежде всего расположить доверием к себе человека и побудить у него желание вылечиться. Назначая такому прихожанину послушание, следует избегать излишней нагрузки в физической и психической сфере. Истерику необходимо запретить практику каких-либо излишних религиозных “подвигов,” длинных молитвенных правил, послушаний, подогревающих тщеславное чувство значимости, могущих на короткое время вызвать “разгорячение крови,” чтобы затем вновь ввергнуть человека во мрак уныния при осознании своего непостоянства.

Твердость и последовательность духовника в руководстве такими людьми дают положительные результаты. В процессе общения нужно мягко пресекать капризы, плаксивость и притворство. Однако люди этого склада, видя, что их ухищрения и игра не действуют на священника, легко меняют духовного руководителя. Можно советовать переменить домашнюю обстановку, перейти на другую работу, дабы прекратить конфликт, не дающий возможность проводить в жизнь советы пастыря. Особо бдительно необходимо относиться к пасомым, находящимся в периоде нравственного становления.

Патологические лгуны. Если потребность привлекать к себе внимание и ослеплять других людей блеском своей личности соединяется, с одной стороны, с чрезмерно возбужденной, богатой и незрелой фантазией, а с другой — с более резко, чем у истериков, выраженными моральными дефектами, то мы имеем дело с категорией, характеризуемой как в психиатрии, так и в быту как “лгуны и плуты.” Чаще всего это люди, которым нельзя отказать в способностях. Они сообразительны, находчивы, быстро усваивают все новое,

владеют даром речи и умеют использовать для своих целей всякое знание и всякую способность, какими только обладают. Они могут казаться широко образованными, даже учеными, обладая только поверхностным запасом сведений, почерпнутыми из популярных брошюр и умноженными на дюжий запас самоуверенности. Некоторые из них обладают кое-какими художественными и поэтическими наклонностями, пишут стихи, рисуют, занимаются музыкой. Быстро завязывая знакомства, они хорошо приспособляются к людям и легко приобретают их доверие. Они умеют держаться с достоинством, ловки, часто изящны, очень заботятся о своей внешности и о впечатлении, производимом ими на окружающих. Нередко щегольской костюм представляет единственную собственность подобного больного человека.

Важно то, что, обладая недурными способностями, эти люди редко обнаруживают подлинный интерес к чему-нибудь, кроме своей личности, и страдают полным отсутствием прилежания и выдержки. Они поверхностны, не могут принудить себя к длительному напряжению, легко отвлекаются, разбрасываются. Их духовные интересы мелки, а слова о работе, которая требует упорства, аккуратности и тщательности, производят на них отталкивающее действие. Их мышлению не хватает планомерности, порядка и связности, суждениям — зрелости и обстоятельности, а всему их восприятию жизни — глубины и серьезности. Конечно, нельзя ожидать от них и моральной устойчивости: будучи людьми легкомысленными, они не способны к глубоким переживаниям, капризны в своих привязанностях и обыкновенно не завязывают прочных отношений с людьми. Им чуждо чувство долга, и любят они только самих себя.

Самой роковой их особенностью является неспособность держать в узде свое воображение. При их страсти к рисовке, к “пусканию пыли в глаза,” они совершенно не в состоянии бороться с искушением использовать для этой цели легко возникающие богатые деталями и пышно разукрашенные образы, рожденные фантазией.

Отсюда непреодолимая и часто приносящая им колоссальный вред страсть ко лжи. Лгут они художественно, мастерски, сами увлекаясь своей ложью и почти забывая, что это ложь. Часто они лгут совершенно бессмысленно, без всякого повода, только бы чем-нибудь блеснуть, чем-нибудь поразить воображение собеседника. Чаще всего, конечно, выдумки касаются их собственной личности: они охотно рассказывают о своем высоком происхождении, своих связях в “сферах,” знакомствах со знаменитостями, о значительных должностях, которые они занимали и занимают, о своем колоссальном богатстве. При их богатом воображении им ничего не стоит описать с мельчайшими деталями выдуманную на ходу беседу со “знаменитым старцем,” даже больше — поехать с сомневающимися и показать им в доказательство самого старца, издали благословляющего, как близкого знакомого. При цитировании “сказанного старцем мне лично,” они невольно начинают верить тому, что сами вложили в уста старца, и даже следовать этому.

Но они не всегда ограничиваются только ложью: лишь часть их лжет наивно и невинно, как дети, подстегиваемые желанием порисоваться все новыми и новыми возникающими в воображении образами. Их самообладание при этом бывает часто поразительным: они лгут так самоуверенно, не смущаясь ничем, так легко вывертываются, даже когда их припирают к стенке, что невольно вызывают восхищение. Многие не унывают и будучи пойманными. Однако, в конце концов, они отличаются все-таки пониженной устойчивостью по отношению к “ударам судьбы”: будучи уличены и не видя уже никакого выхода, они легко приходят в полное отчаяние и тогда совершенно теряют свое достоинство.

Ряд черт роднит психопатов описанного типа с предыдущей группой истериков. Главное отличие в том, что лживость у них заслоняет собой все остальные черты личности. С точки зрения аскетики, патологическая лживость является определенной формой одержимости человека.

Резкая граница отделяет псевдологов от мечтателей, с которыми они имеют лишь одну общую черту — чрезмерную возбудимость воображения: в то время как мечтатель обманывает себя относительно мира, псевдолог обманывает окружающих относительно себя. То, что последний иногда начинает и сам поддаваться своему обману, представляет только побочный эффект, не лежащий в существе основной тенденции его поведения, и приводит к полному внешнему и внутреннему банкротству.

Желательно, чтобы пастырь постарался объяснить такому человеку, что всякая ложь, лукавство — дело погибельное, что отец лжи — диавол. При этом возможно вызвать этих людей на определенный уровень открытости, убедив их в том, что быть открытым, искренним неопасно, что только в полноте доверия между людьми можно обрести полноту христианства, благодатную радость духовной жизни.

Группа неустойчивых психопатов.

Этот термин недостаточно точен и разными психиатрами употребляется не в одинаковом смысле. Им обозначают слабохарактерных людей, которые легко поддаются под влияние среды, особенно дурной, и, увлекаемые примерами товарищей или нравами, господствующими в их профессиональном окружении (военная среда, литературная богема и пр.), спиваются, делаются картежниками, растратчиками, а то так и мелкими мошенниками, для того, чтобы в конце концов очутиться “на дне.” Большею частью это люди “не холодные и не горячие,” без больших интересов, без глубоких привязанностей, недурные товарищи, часто неплохие собеседники, люди компанейские, скусающие в одиночестве и обыкновенно берущие пример со своих более ярких приятелей. В приходе или монастыре, где систематический труд является общим правилом, они идут в ногу с другими и в принципе оказываются нисколько не хуже остальных людей, ни в какую сторону не выделяясь ни своим умственным уровнем, ни своими интересами и нравственными качествами. Может быть, время от времени они вызывают неудовольствие настоятеля или старших по послушанию своей беспорядочностью, неаккуратностью, особенно ленью. Над ними, как говорится, надо вечно стоять с палкой, их надо понукать, бранить или ободрять, т.е. они требуют постоянного контроля со стороны начальствующих.

Легко вдохновляющиеся, они и легко остывают, далеко не всегда оканчивая начатое ими дело, особенно если их предоставили самим себе. Несчастьями их прошлой, церковной жизни, могли быть страсть к курению, наркотические средства, особенно вино, под влиянием которого они часто делались неузнаваемыми, как будто кто-то подменил человека, с которым так приятно было иметь дело, когда он был трезв. Из доброго, услужливого и уступчивого он делается грубым, дерзким, эгоистичным, даже больше — бессердечным, способным в один день пропить все свое жалованье, на которое семья должна была бы существовать целый месяц, унести из дома и продать последнюю одежду жены и детей и т.д. Протрезвившись, он будет горько раскаиваться в своих поступках, может перейти всякую границу в самообвинениях, но не преминет пожаловаться на случайно сложившиеся обстоятельства, на то, что его, человека с запросами и способностями, “заела среда.” Такие люди невольно вызывают сочувствие и желание им помочь, но ока-

зываемое содействие редко идет впрок: стоит на короткое время предоставить такого человека самому себе, как он уже, оказывается, все спустил, все пропил, проиграл в карты, опять попал в какой-то крупный скандал и т.п.

Только в условиях постоянной опеки, в условиях организованной среды, находясь под давлением сурового жизненного уклада или в руках духовника с сильной волей, не спускающего с него глаз, он может существовать благополучно и быть полезным членом общества.

Эпилептики. Все разновидности врожденной эпилепсии характеризуются наследственно передающейся склонностью к судорожным припадкам и их психическим эквивалентам, нередко в сочетании с особым складом характера у больных. Различают простую и сложную “психическую” эпилепсию.

Простая форма эпилепсии проявляется в однотипных, сравнительно редких судорожных припадках, имеет относительно благоприятное течение и не сопровождается грубыми изменениями личности и явлениями слабоумия. Встречающиеся патологические черты характера больных эпилепсией в психиатрии определяются как “эпилептоидные,” а в более тяжелых случаях — как “эпилептический характер.” Различают несколько его вариантов:

а) возбудимые, агрессивные люди сильных, непреодолимых влечений, безудержных вспышек гнева и страсти, приступов злобного, агрессивного поведения. После таких вспышек больной может раскаиваться, просить прощения, сознавать безнравственность своих поступков, давать обещания исправиться. Верующий человек может искать помощи в этой трудной борьбе в молитве, что нередко создает репутацию неискренности и ханжества, так как приступы гнева и агрессивного поведения повторяются. Отсюда старое определение эпилептика — как “человека с молитвой на устах и с камнем за пазухой”;

б) астенизированные, утомленные или тугоподвижные, медлительные, с преобладанием не агрессивных, а защитных реакций, вязких аффектов, инертности мыслей. У одних преобладает чувство долга и сочувствия к людям, “гиперсоциального” поведения, у других — практичность, бережливость, скупость, хозяйственность (тип “крепкого хозяина” или “скупого рыцаря”);

в) больные, склонные к тяжелым расстройствам настроения, наступающим без внешних причин приступам мрачной, злобной тоскливости, ворчливости, недовольства, продолжающимся от нескольких часов до нескольких дней. Такие приступы могут сопровождаться неудержимым влечением к алкоголю или передвижению, что создает картину запойного пьянства и периодического бродяжничества.

Обязанности пастыря по отношению к этим больным следующие: во-первых, помочь им правильно отнестись к своей болезни, освободить от страха перед припадками, побудить к активному лечению современными антисудорожными и другими необходимыми лекарственными препаратами; содействовать квалифицированному обследованию, чтобы выявить, не является ли причиной припадков перенесенное ранее соматическое заболевание (менингит, опухоль, травмы мозга, требующие специального лечения); во-вторых, необходимо помочь больным критически осознать аномалии своего характера и мышления и способствовать борьбе с их патологическими проявлениями, а главное — научить различать действия болезни и собственно действия его человеческого “Я.”

Сложная форма эпилепсии, кроме припадков, проявляется в психических эквивалентах (“заменителях” припадков), приступах помрачения или полного выключения

сознания с галлюцинациями, бредом, злобным аффектом, безудержной агрессией и опасностью для окружающих или, наоборот, в состоянии экстаза, “озарения,” также с галлюцинационными переживаниями. Такие помрачения сознания могут быть краткими и протекать в виде “отключения” от окружающей обстановки, “отсутствия,” с неясным бормотанием, причмокиванием или другими бессмысленными “автоматными” движениями (бег, вращение и т.п.).

Психические эквиваленты могут наступать в качестве предвестников больших судорожных припадков или следовать за припадками. Сложная форма эпилепсии может быстро приводить к изменению личности со снижением интеллекта и нарушением правильного поведения в обществе. Описанные ранее патологические типы характеров выступают здесь в более грубой форме, в сложных сочетаниях противоположных качеств: грубость, гневливость, агрессивность сочетаются с угодничеством, слащавостью, льстивостью и другими защитными способами поведения. Вязкость, медлительность, тугоподвижность, “гиперсоциальность” со вспышками гнева, безудержных влечений, жестокости и т. д. Наконец, “просветление,” экстаз, подъем настроения могут сочетаться с мрачной, злобной тоскливостью и упадком.

Неожиданное наступление тяжелых припадков, сотрясающих больного, повергающих его в судорогах на землю, вызывающих впечатление какого-то постороннего, “чужого для личности” воздействия, давало основание расценивать эти приступы как результат вмешательства злой силы, одержимости бесами.

“Роль духовника особенно важна для больных эпилепсией в периоды между припадками, когда они сознают мучительные противоречия полярных состояний и упадка, озарения и дикого гнева, просветления и помрачения сознания, — пишет проф. Д. Е. Мелехов. — Острее, чем при других заболеваниях, верующий больной воспринимает мир как арену борьбы дьявола с Богом, а сердца людей — как поле битвы добра и зла. Пастырь должен помочь человеку достичь покаяния, правильного отношения к своему греху и к бессмертному человеческому достоинству, которое подвергается столь драматическим испытаниям.”

Депрессия толкает больного в бездну безнадежности, уныния и отчаяния; он перестает верить в возможность искупления своих грехов, враг подсказывает ему мысль о самоубийстве. Раскрывая больному болезненное, “природное” происхождение этих мыслей, духовник помогает врачу вооружать больного на борьбу с этими мыслями и намерениями, раскрывать их духовный характер. Необходимо неустанно напоминать о том, что верующий человек не может подчиниться унынию и тем более самовольно лишиться себя жизни. Приятие и терпеливое несение креста во время депрессии, длящейся недели, а то и месяцы, если она не поддается фармакологическому воздействию, восстановление критического отношения к проявлению болезни — первый симптом психического и духовного выздоровления.

В традиционной терминологии православного Пастырского богословия и Аскетики различают две степени одержимости по их духовно-душевной структуре:

1. Бесноватость (посессия) — полная связанность души демоном, когда человек теряет всякое самосознание; личность его совершенно пленена злой силой.¹¹

¹¹ Русский психиатр В. П. Осипов описал случай, когда больная эпилепсией в состоянии расстроенного сознания убила своего ребенка, разрешила живот, вытащила весь кишечник и развесила его в виде белья на веревках. Затем, придя к себе, с ужасом увидела, что произошло. Она ничего не помнила, и не была в состоянии представить, что это могла сделать сама;

2. Одержимость (обсессия) — частичная плененность злой силой души человеческой или тела: человек сохраняет полное самосознание, возможность нравственной оценки своих поступков, но не имеет силы справиться с “влекущей” его силой.

С медицинской точки зрения эти разграничения соответственно формулируются так:

1. Приступы с полной потерей самосознания и полным последующим забвением (амнезией) всего происходившего с больным и совершенного им;
2. Приступы с частичным помрачением или сужением сознания, но с сохранением самосознания личности и воспоминания о происшедшем при невозможности справиться со своими аффектами, влечениями и побуждениями.

Уговорить одержимого, а тем более бесноватого, нельзя, ему надо помочь.

При длительных периодах сумеречного состояния возможны колебания ясности сознания, смена периодов сохранения воспоминаний и отнесения переживаний к личности больного и периодов кратковременного помрачения или сужения сознания (колеблющееся, мерцающее сознание).

Все поступки больных во время приступов первого типа, даже самые тяжелые преступления, определяются судебной психиатрией как поступки, совершенные в состоянии невменяемости. Больные освобождаются судом от ответственности за совершенные деяния, но выносятся решение о необходимости их стационарного лечения. В случаях тяжелых преступлений (убийства, насилия) назначается принудительное лечение в условиях строгой изоляции и надзора.

Если эти больные, узнав от окружающих или от врачей о совершенных ими преступлениях против юридических законов и нравственных норм, приходят в недоумение и ужас, сознавая всю тяжесть своего антисоциального поведения, сожалеют о нем, то это служит признаком сохранения личности больного, способности критического отношения к болезни и гарантией того, что больной будет впредь выполнять все медицинские назначения и смирится с необходимостью стационарного лечения.

“Если больной — верующий христианин, сознающий не только социальную, но и духовную ответственность за свои действия, то он принесет покаяние за свои поступки, совершенные даже в бессознательном состоянии. Это будет выражением и доказательством правильной, самокритичной оценки своего поведения и сознания того, что из сердца человеческого (а значит, и из области подсознательного) исходят злые помыслы, оскверняющие человека даже в состоянии сна и беспомыслия. Когда поведение верующего человека определяется биологическими, психофизическими, “природными” процессами, но присутствует сознание духовной ответственности за свои поступки совершенные даже и при помрачении, священник не может отказаться принять его покаяние и отпустить грех (если нужно, то с наложением епитимий). Это откроет больному путь к правильной самооценке и восстановлению его человеческого достоинства, смягчит состояние ужаса и депрессии от сознания совершенного им.

Отсутствие такого рода сознания является свидетельством либо далеко зашедшего эпилептического слабоумия, либо врожденного морального уродства, патологии нравственного сознания и совести, что должно учитываться и врачом, и

духовником в процессе как психотерапевтической, так и душепопечительной работы с больным” (Настольная книга для священнослужителей. Изд. Московской Патриархии, 1988, стр. 323-324).

На поводу эпилепсии достаточно метко выразился один современный психиатр: “Эпилепсия — это не болезнь, а проявление еще чего-то.” Знакомство со святоотеческим опытом самопознания приоткрывает завесу непостижимого с точки зрения не религиозной науки.

Необходимость воспитания правильного критического отношения, а также социальной и моральной оценки своего поведения и аномалий характера в полной мере относится к приступам второго типа, протекающим без помрачения сознания и с сохранением воспоминаний о произошедшем. Поскольку эти приступы проходят на фоне ясного самосознания, с сохранением чувства “я” и остаются в памяти больного, они входят в общую сумму отрицательного и положительного личного опыта и, конечно, подлежат нравственной и духовной оценке.

Группа социальных психопатов.

Существуют психопаты, главной, бросающейся в глаза, особенностью которых являются резко выраженные моральные дефекты. Это люди, страдающие частичной эмоциональной тупостью, именно, отсутствием т.н. социальных эмоций: чувство симпатии к окружающим и сознание долга по отношению к обществу у них обыкновенно полностью отсутствуют. У них нет выраженного чувства собственного достоинства, они равнодушны к похвале и порицанию, они не могут приспособиться к правилам общежития. Почти всегда это — субъекты, во-первых, лживые — не из потребности порисоваться и фантазировать, а исключительно для маскировки инстинктов и намерений, а во-вторых, ленивые и не способные ни к какому регулярному труду. Искать у них сколько-нибудь выраженных духовных интересов не приходится, зато они отличаются большой любовью к чувственным наслаждениям: сластолюбию, чревоугодию, разврату.

Чаще всего они не просто “холодны,” а и жестоки. Грубые и злые, они очень рано, с детства, обнаруживают себя сначала своей склонностью к мучительству животных и поразительным отсутствием привязанности к самым близким людям (даже к матери), а затем своим как бы умышленно бесцеремонным нежеланием считаться с самыми минимальными неудобствами окружающих. Они способны из-за пустяка плюнуть матери в лицо, начать за столом громко браниться матерной бранью, бить окна, посуду, мебель при самой незначительной ссоре, и все это не столько вследствие чрезмерного гневного возбуждения, сколько из желания досадить окружающим.

Иногда они питают тяжелую злобную ненависть и жажду мести по отношению к тем из близких (чаще всего к отцу), которые стремятся держать их в определенных рамках и проявляют по отношению к ним строгость; в таких случаях дело может дойти и до убийства. Стеснение своей свободы они вообще переносят плохо и поэтому, как правило, рано оставляют дом и семью. При отсутствии привязанностей жизнь в домашней обстановке означает для них только ряд несносных ограничений и невозможность развернуть в полной мере свои своеобразные наклонности... Надо сказать, что описываемая психопатия обнимает очень широкую группу лиц во многом различного склада. Кроме основного типа, отличающегося чертами, близкими к эпилептоидам (люди грубые, жестокие и злобные), среди них встречаются и холодные, бездушные резонеры, родственные шизоидам субъекты, у которых хорошо

действующий рассудок всегда наготове для того, чтобы оправдывать, объяснять их дурные поступки.

Эти люди, вследствие грубости своей душевной конституции, редко когда доходят до церковных врат, а тем более выходят на уровень доверительного общения со священником. Здесь без помощи врача пастырю просто не обойтись.

В случае обострения психозов более необходим врач. А вот в случае патологий характера или акцентуации личности — нужен опытный пастырь и хороший психотерапевт, но не применяющий техник, связанных с восточными религиями и оккультизмом.

Линейно-мыслящие.

Подобного рода люди иногда хорошо учатся (у них обычно хорошая память) не только в средней, но даже и в высшей школе; когда же они вступают в жизнь, когда приходится применять их знания к действительности, проявлять известную инициативу, оказываются совершенно бесплодными. Эти люди умеют себя держать в обществе, говорить о погоде, говорить шаблонные, банальные вещи, но не проявляют никакой оригинальности... Они хорошо справляются с жизнью лишь в определенных, узких, давно установленных рамках домашнего обихода и материального благополучия. С другой стороны, сюда относятся и элементарно простые, примитивные люди, лишённые духовных запросов, но хорошо справляющиеся с несложными требованиями какого-нибудь ремесла, иногда даже без недоразумений работающие в торговле или в администрации.

Одной из отличительных черт линейно-мыслящих людей является их большая внушаемость, их постоянная готовность подчиняться голосу большинства, общественному мнению” (что *станет говорить княгиня Мария Алексеевна!*”). Это — люди шаблона, банальности, моды. Это тоже люди среды, но не совсем в том смысле, как неустойчивые психопаты: там люди идут за ярким примером этой среды, за “пороком,” а здесь, напротив, — за благонаравием. Линейно-мыслящие люди — всегда консерваторы. Из естественного чувства самозащиты они держатся за старое, к которому привыкли и к которому приспособились, и боятся всего нового. Это те “нормальные” люди, о которых некто сказал, что в тот самый день, когда больше не будет полунормальных людей, цивилизованный мир погибнет, погибнет не от избытка мудрости, а от избытка посредственности.

К линейно-мыслящим надо отнести также и тех, которые отличаются большим самолюбием и которые с высокопарным торжественным видом изрекают не имеющие никакого смысла витиеватые фразы, представляющие набор пышных слов без содержания (хороший образец — правда, в шаржированном, карикатурном виде — изречения Козьмы Пруtkова). Здесь же можно упомянуть и о некоторых резонерах, стремление которых иметь обо всем свое суждение ведет к грубейшим ошибкам, к высказыванию в качестве истин нелепых сентенций, имеющих в основе игнорирование элементарных логических требований.

В рутине повседневной жизни они часто оказываются даже более приспособленными, чем противоположные им люди с латерантным, т.е. творчески богатым мышлением.

Психоблезнь и одержимость (беснования).

Необходимо отдельно рассмотреть такое психопатологическое явление как одержимость. С одержимостью приходится иметь дело как священникам, так и психотерапевтам. Поскольку благодаря огромному литургическому и аскетическому наследию Православной Церкви пастырям известны некоторые способы и методы работы с бесноватыми людьми, хочется обратиться и к врачам-психотерапевтам. Попытаемся осветить проблему

не только с точки зрения пастырской практики, но и с позиций психиатров, работавших с проблемами одержимости.

Как упоминание бесноватости как психопатологического явления, так и скептически-снисходительное отношение к этой проблеме известно издревле. Архиепископ Иоанн Шаховской так комментирует Евангельский отрывок, повествующий об исцелении Христом Гадаринских бесноватых:

“Если бесы, после своего изгнания из человека, совсем ушли бы с земли в свою бездну, люди имели бы случай подумать, что бесноватого мучили не бесы, а какая-нибудь простая физическая болезнь. Например, “нервы,” на которые в наш век очень легко сослаться ученым и неученым людям. Никто, конечно, не знает в мире, каким образом физические ниточки в теле человека могут порождать чисто нравственные явления добра и зла: например, заставляя людей благословлять Имя Божие или страшными словами хулить это благословенное Имя. Но слово “нервы” объясняет для некоторых людей все. Им делается сразу ясной вся тайна жизни.

Благодушный и очень современный “позитивизм” этот имеет ныне многих сторонников, несмотря на все события в мире и на быстрое приближение мира к последнему Дню Господню.

Гадаринские жители тоже, может быть, как-нибудь по-житейски, по-своему объяснили бы исцеление бесноватого, если бы не пострадали бы от бесов.

Зная это неверие человеческое, Господь все делал, чтобы научить людей верить в невидимый мир” (Архиепископ Иоанн Шаховской. “Семь слов о стране гадаринской.”).

Если врач не знаком с Евангельским учением о возможности существования в человеке скрывающихся под теми или иными симптомами психоболести демонических сил, он рискует залечить средствами фармацевтической медицины больного, который поврежден духовно, нуждается исключительно в религиозном подходе для лечения своего заболевания.

Один западный исследователь считает, что

“беснование нельзя смешивать с психической болезнью; это особое состояние души. Расстройство, замечаемое в особенностях поведения бесноватого, происходит не от болезненного состояния мозга или других органов, но от насильственного и разрушительного воздействия какой-то посторонней воли. Поэтому исцеление бесноватого не зависит от врачебной науки и может совершиться только нравственным воздействием духа на дух. Правда, беснование сопровождается иногда настоящими болезнями: некоторые чувства становились бездейственными, бесноватый или ничего не видел и не говорил, или подвергался корчам и припадкам. Но это расстройство органической жизни бесноватого находилось в зависимости от насильственного действия духа, который обладал им. Единство, связующее душу и тело таково, что расстройство душевное влечет за собою и расстройство органическое” (Дидон. “Иисус Христос.” М., 1998 г).

Теперь будет уместным привести описание явления одержимости демоническими силами с позиции авторитетного православного пастыря:

“Явления беснования характеризуются тем, что на все святое для христиан, произносят ругательства, хуления, выкрикивают непристойные слова, корчатся и впада-

ют в различного рода судорожные состояния. Иногда при этом они проявляют большую физическую силу, сопротивляясь тем, кто, например, хочет их приблизить к какому-нибудь священному предмету.

Эти больные говорят иногда не от своего имени, а в минуты просветления сознают себя во власти враждебных сил и очень страдают. Лица их, особенно во время припадков, выражают крайнее мучение и производят, в то же время, отталкивающее впечатление” (Епископ А. Семенов-Тянь-Шанский).

Современная психиатрия выделяет признаки, отличающие одержимого демоническими силами человека от душевнобольного. Профессор Эстеррейх так характеризует одержимость:

“Внешний образ состояния одержимости отличается полнейшим изменением личности. Создается впечатление, что одержимый оказался под господством совершенно чуждой индивидуальности. Характерные признаки периода от первичной и вторичной личности таковы:

- быстрое изменение выражений лица от дружественной к отвратительной гримасе;
- стремительный поворот настроения;
- переход от высокого женского сопрано к глубокому басу;
- принятие новой индивидуальности с новым содержанием сознания.

Это четыре психические метаморфозы сопровождаются обычно могучими моторными явлениями. Одержимый испытывает приступы ярости, дикого движения в членах, судороги, приступы гнева, пытается совершить насилие над окружающими. Часто бывает, что слабые женщины способны усиленно сопротивляться трем-четырем сильным мужчинам. Одержимые часто извергают хулу и проклятие на Троицу и заявляют о своем отвращении к Слову Божию.

В отношении субъективного состояния одержимого различают сомнабулическую и люцидную формы одержимости. Сомнабулическая форма характеризуется потерей первичного сознания в состоянии одержимости. Из сознания в момент пароксизма говорит какое-то второе “я.” Переход от первого ко второму сознанию совершается внезапно и непосредственно. Первое сознание угасает. Угасает способность воспоминания. В среде верующих это второе “я” считается бесом; рационалисты прошлого века этим вторым “я” считали душу какого-то злосчастливого мертвеца.

Люцидная форма одержимости характерна тем, что одержимый не теряет в своем заболевании своего нормального состояния и сознания. Даже в моменты пароксизма атакуемый наблюдает за своим собственным состоянием и пытается господствовать над ним, хотя оно и воспринимается им, как чуждое. Даже и во время жестоких моторных принудительных явлений сознание порою остается совершенно ясным и неомраченным” (Доктор Курт Е. Кох “Душепопечение и оккультизм,” 1992 г., стр.143).

Далее он пишет, что

“в истории Христианской Церкви, прежде всего в средние века, наблюдалось огромное число случаев одержимости. Важно отметить и то, что одержимые, как правило, противятся Богу, Слову Божию, Христу, Духу Святому и всему христианскому ...” (Там же, стр. 149).

В своей книге он приводит клинический пример одержимости. У двадцатичетырехлетней девушки в момент приступа одержимости

“какой-то глубокий мужской голос говорил из нее и с злобной насмешкой нападал на все, что относилось к религии. А в нормальном состоянии эта девушка благочестиво молилась. Такие состояния деперсонализации известны в современной психологии и психиатрии, как особые болезненные симптомы при шизофрении, меланхолии (эндогенной депрессии) и психастении. Заметим, что характерным признаком одержимости является тот факт, что все болезненные симптомы упомянутых болезней не соответствуют образу одержимости. Явление одержимости нельзя подвести под эти классические образы болезней. Сопротивление при одержимости вполне отличается от религиозных бредовых идей психотиков. Только богохульство, ненависть против Христа — постоянные явления, сопровождающие одержимость” (Там же, стр. 149).

Некоторые проявления одержимости не могут быть объяснимы современной психиатрией как симптомы душевных заболеваний. Профессор Эстеррейх пишет, что

“одержимые в состоянии пароксизма начинали говорить на чужих языках или проявляли пророческое ясновидение и телепатические способности. И объяснить это с рациональной точки зрения невозможно, а с библейской все ясно: это говорят бесы, они знают многие языки и могут их подделывать” (Там же, стр.150).

Другой психиатр — Лехлер, выделяет семь признаков одержимости, это:

- “двойной голос,
- ясновидение,
- пароксизмы,
- огромная телесная сила,
- сопротивление всему, что от Бога,
- освобождение при приступах,
- полное исцеление после изгнания злого духа” (Там же, стр.151).

Доктор Курт Е. Кох добавляет, что

“характерным моментом в религиозном явлении распада у одержимых является факт, что одержимые с одной стороны жаждут спасения, а с другой стороны — противятся всему, идущему от Бога или относящемуся к Нему” (Там же, ст. 151).

На основании этих психических характеристик может с определенной степенью достоверности отделить одержимость от душевной болезни. Это тем более необходимо, что методы лечения первого и второго совершенно различны. Например, для лечения душевных болезней необходим длительный срок и даже после этого могут оставаться те или иные

симптомы этих болезней. Одержимый же человек после особых молитв, читаемых священником, может излечиться сразу и целиком.

Однако хочется предостеречь тех из наших читателей, кто, возможно, уже совершил ошибку: душевнобольного (но не одержимого) человека отправил на “отчитку.”¹² Вероятнее всего, это принесло ему больше вреда, чем пользы. Попытаемся аргументировать такое утверждение.

Митрополит Антоний Сурожский, ссылаясь на писания праведного Иоанна Кронштадтского, говорит о том, что среди людей

“есть души настолько хрупкие, что они разбились бы о грубость и жестокость окружающего мира, и Господь допускает, чтобы между ними и миром опустилась бы пелена психической болезни для того, чтобы они были отделены от того, что могло бы окончательно разбить их цельность.”

Нетрудно представить ситуацию: душевнобольной, но не одержимый, а душевно хрупкий и незащищенный человек приходит в храм, где совершается массовая “отчитка.” Как будет реагировать его надломленная психика, видя огромное количество кричащих, визжащих, прыгающих бесноватых людей? Какой след, какой отпечаток может остаться на его больной душе?

Только опытный духовник, глубоко и внимательно пообщавшись с человеком, может благословить его на отчитку, которая, если совершается “по чину,” то не в массовом порядке, непременно за закрытыми дверями храма, дабы не смутить посторонних людей, не имеющих к совершаемому отношения. В этом процессе, как и во всех других случаях пастырского душепопечения, важнейшее значение имеет личное (а не массовое) взаимодействие пастыря с конкретным больным (одержимым) человеком.

Именно по этому признаку можно отличить благодатное воздействие священника по прочтению заклинательных молитв на изгнание нечистых духов и других священных действий, совершаемых над одержимым человеком от профанации.

Шизофрения.

Шизофрения. Всем знакомо название этой болезни. Каждый сотый человек болен ею. Лишь немногие специалисты имеют всестороннее представление о характере этого заболевания, самого удивительного из всех психозов. Еще меньше среди них тех, кто может помочь больному справиться с болезнью. Распространенность этого заболевания и ряд практических столкновений с ней в пастырском душепопечении вызвали необходимость описания этого страшного, разрушительного явления — не только для шизофреника и его ближайшего окружения, но иногда и для окормляющего его пастыря.

Шизофрения — загадочное заболевание, называемое психиатрами “дельфийским оракулом” психиатрии, ибо в ней концентрируются важнейшие проблемы человеческой

¹² “Отчиткой” в православном обиходном разговоре называется чтение над одержимым демоническими силами человеком особых молитв, призывающих помощь Божию на отгнание нечистых духов. Не каждый священник обладает даром и духовными полномочиями к совершению этих молитвословий над одержимыми, но очень немногие. Как-то не принято говорить об этом, а, думается, нужно: в большинстве случаев массовых “отчиток,” во множестве совершаемых в наши дни в различных монастырях и храмах, реальных результатов (кроме увеличения паломников и роста популярности “отчитывающих” священников), к сожалению, не видно.

психики. Этот психоз, в связи с богатством переживаний больных, называют также королевской болезнью. Речь при этом идет не только о том, что она часто поражает умы выдающиеся и тонкие, но также и о ее невероятном разнообразии симптомов, позволяющем увидеть в ней в катастрофических масштабах все черты человеческой природы. Потому описание шизофренических симптомов оказывается очень трудным и наиболее рискованным критерием психической проницательности.

Антон Кемпинский (1918-1972), выдающийся польский психиатр, психотерапевт и философ с мировой известностью пишет, что

“уже в древней литературе можно найти меткие описания шизофрении. Например, в Священном Писании выделяются два основных симптома шизофрении — аутизм и расщепление: *...встретил Его вышедший из гробов человек, одержимый нечистым духом, он имел жилище в гробах, и никто не мог его связать даже цепями, потому что многократно был он скован оковами и цепями, но разрывал цепи и разбивал оковы, и никто не в силах был укротить его; всегда, ночью и днем, в горах и гробах, кричал он и бился о камни... И спросил его: как тебе имя? И он сказал в ответ: легион имя мне, потому что нас много* (Марк 5:3-10).

Если эпилепсия и депрессия (меланхолия) уже в древности трактовались как отдельные заболевания, то шизофрения дольше всего сохраняла печать одержимости тайными силами” (Ссылки на Антона Кемпинского в главе о шизофрении приводятся по книге “Психология шизофрении,” СПб, “Ювента,” 1998 г).

Упоминание и описание шизофренического психоза (с бредом перевоплощения) можно встретить в книгах Ветхого Завета. Вавилонский царь Навуходоносор “отлучен был от людей, ел траву, как вол, и орошалось тело его росой небесною, так что волосы у него выросли как у льва, и ногти у него — как у птицы” (Дан. 4:30).

Несомненно, что это был род безумия, в припадках которого Навуходоносор считал себя волком. Через семь лет, “по окончании дней тех, я, Навуходоносор, возвел глаза мои к небу, и разум мой возвратился ко мне, и благословил я Всевышнего, восхвалил и прославил Присносущнего, Которого владычество — владычество вечное и Которого Царство — в роды и роды” (Дан. 4:31).

Из всех основных психических заболеваний труднее всего определить и описать шизофрению в виду того, что в различных направлениях психиатрии существуют различные концепции этого заболевания.

Термин “шизофрения,” предложенный для определения этого заболевания швейцарским психиатром Эвгеном Блейером, происходит от греческих слов *schizo* — “расщепляю, раскалываю, разделяю,” *phrenos* — “сосредоточие чувств, душевных свойств, ума человека.”

Шизофрения — болезнь молодых. Чаще всего этой болезнью заболевают между периодом созревания и зрелым возрастом, т.е. приблизительно между 15 и 30 годами жизни. Факт, что именно в этом возрастном периоде существуют наибольшие шансы дезинтеграции личности, по-видимому, имеет немаловажное значение. При всем блеске молодость — это очень трудный период жизни, нередко трагичный в силу столкновения между мечтой и действительностью, ломки юношеских идеалов.

Правда, большинство психиатров считает, что шизофренией можно заболеть как в раннем, так и в более позднем периоде жизни, однако правильнее было бы проявлять

осторожность, ставя диагноз шизофрении за рамками периода молодости и ранней зрелости.

Шизофрения — серьезное прогрессирующее психическое заболевание, приводящее к расщеплению и дезорганизации психических функций, их грубому искажению и нарушению, а также к эмоциональному уплощению, оскудению с неадекватностью поведения и снижению энергетического потенциала (Клиническая Психиатрия, сб. под ред. проф. Н. Е. Бачерикова, Киев, 1989 г., стр. 509).

Если описать попроще, то диагноз шизофрении может быть поставлен при наличии у больного основных фундаментальных расстройств, которые являются наиболее специфичными для этого заболевания:

— **аутизм** (*autismus*; греч. *autos* — сам) — погружение в мир личных переживаний с ослаблением или потерей контакта с действительностью, утратой интереса к реальности, отсутствием стремления к общению с окружающими людьми, затруднения общения, скудостью эмоциональных проявлений (Энциклопедия медицинских терминов, в трех томах, под ред. Б. В. Петровского, М., Советская Энциклопедия, 1982-84 гг);

— **расщепление** — утрата психического единства. Нарушается цельность психической деятельности, интеграция, согласованность. Утрачивается адекватность поведения, эмоционального реагирования, ассоциативных мыслительных процессов, отличается параллелизм и двойственность (амбивалентность) психических процессов. Объяснения больными своих мотивов действий или отсутствуют, или нелогичны, непонятны здоровому человеку, иногда нелепы, противоречивы;

— **эмоционально-волевые расстройства** — безволие, безынициативность, бездействие, бесцельность, потеря всякого интереса к окружающему.

Дополнительные расстройства, симптомы: бредовые идеи, галлюцинации, кататонические расстройства — определяют клиническую форму заболевания.

По Э. Крепелину выделяют четыре формы заболевания: Простая, Параноидная, Кататоническая, Гебефреническая (дезорганизованный тип).

По течению выделяют три формы: непрерывная, рекуррентная (возвращающаяся, при которой больной периодически возвращается к норме), приступообразная непрерывно текущая (при которой в процессе прогрессирования заболевания случаются приступы, выходящие за границы непрерывного процесса болезни).

*** **

В начале заболевания поведение человека, больного шизофренией, может не вызывать настороженности или тревоги. Священник воспринимает его как обычного, нормального человека. В процессе углубления естественных человеческих отношений возникает естественная эмпатия, определенный уровень человеческой близости, необходимый для успешной духовной работы пастыря и пасомого.¹³ Однако, когда болезнь начнет усили-

¹³ Поскольку “Эмпатия” является одним из ключевых понятий этики, психологии, философии, необходимо дать ему определение. “Эмпатия” — дословно “чувствование внутрь.” “Прослеживается аналогия со словом “симпатия,” выражающим “со-чувствие” и имеющим оттенок сентиментальности. Эмпатия — чувство более глубокое, передающее такое духовное единение личностей, когда один человек настолько проникается чувствами другого, что временно отожде-

ваться, если странности поведения больного человека будут восприниматься с критичностью поступков человека здорового, душевная близость может оказаться опасной для душевного состояния священника. Именно поэтому в нашей работе столь значительное место отведено этому заболеванию, корни которого, как будет показано ниже, находятся не в душевном, а в духовном уровне.

Первым сигналом наступления шизофрении может оказаться внезапное изменение эмоционального отношения к ближайшему окружению. Родители бывают поражены, когда их всегда послушная дочь или сын вдруг впадает в безудержную агрессию либо, замкнувшись в себе, смотрит на них “злыми глазами.” Часто наблюдается колебание чувств, когда ребенок бывает то нежным, то враждебным. Это изменение эмоциональной установки нередко бывает первым проявлением начинающейся шизофрении.

Эмоциональное отношение к родителям, особенно к матери, становится центральным пунктом переживаний больного. Он упрекает их в холодности, невнимании, ограничении его свободы. Иногда отношение к родителям становится ярко симбиотическим; больной боится без них что-то делать, постоянно остается с ними, всегда спрашивает их мнение и при этом как бы подспудно питает враждебные чувства. Иногда образ родителей под влиянием сильных чувств подвергается патологической деформации. Больной вдруг начинает видеть их “подлинное” лицо: из доброжелательных и любящих они превращаются во врагов и преследователей, стремящихся уничтожить больного, сломать ему жизнь, сделать из него “сумасшедшего,” отравить лекарствами и т.п.¹⁴

К отличительным признакам надвигающейся болезни можно также отнести следующие:

- значительная социальная изоляция или аутизм;
- значительное нарушение выполнения функции кормильца, учащегося, студента, хозяина дома;
- значительные странности в поведении (сбор мусора, накопление запасов пищи);
- выраженные нарушения личной гигиены и правил ухода за собой;
- эмоциональное уплощение или неадекватный аффект;
- нарушения мышления и речи;
- странные убеждения или мистические мысли, оказывающие влияния на поведение или не соответствующие культуральным нормам (“открытие третьего глаза,” ясновидение, сверхценные идеи, идеи отношения и т.д.);
- необычные ощущения (напр., периодически повторяющиеся иллюзии, ощущение воздействия или присутствия лица, на самом деле отсутствующего);
- выраженные нарушения инициативы, интересов или энергии.

Простая шизофрения характеризуется постепенным развитием неадекватного поведения и социальной отгороженности, нарастающим безразличием, апатией, понижением настроения, а также неуклонным снижением работоспособности. Больной поначалу не ве-

ствляет себя с собеседником, как бы растворяясь в нем. Именно в этом глубоком и несколько загадочном процессе эмпатии возникает взаимное понимание, воздействие и другие значимые отношения между людьми. Обсуждая эмпатию, мы не только рассматриваем ключевой процесс психотерапии, но и ключевой момент в работе преподавателей, священнослужителей и представителей тех профессий, сущность которых связана с воздействием на людей.” (Ролло Мей. Искусство психологического консультирования, НФ “Класс,” 1999 г., стр. 51).

¹⁴ Подобные симптомы могут иметь характер переходного возраста и не всегда приводят к печальному болезненному исходу.

дет себя вызывающе. Он может часами сидеть в глубочайшей апатии. Молчаливость, устремленный в пустоту взгляд, пустые глаза, лицо как маска, отрешенность, способность отключаться от реальности характеризуют простого шизофреника. Больного перестает интересовать судьба его близких и своя собственная.

Как радостные, так и печальные события проходят мимо него, не оставляя следа. Даже смерть самого близкого человека нередко воспринимается с поразительным равнодушием. Напротив, мелкие неприятности могут вызывать бурный гнев, злость или угнетенное настроение. Вначале больной не пренебрегает своими обязанностями, но выполняет их стереотипно, безынициативно, как автомат. Результаты в учебе или труде постепенно становятся все хуже. Учителя и родители удивляются, что такой хороший и способный студент начинает получать все более низкие оценки, несмотря на то, что часами сидит над книгой. Иногда больной проводит время за бессмысленными занятиями, вроде заполнения толстых тетрадей не связанными между собой словами, цифрами, тайными знаками, планами, рисунками.

“Больной сторонится общества, — пишет А. Кемпинский, — иногда месяцами не выходит из дома, чтобы не сталкиваться с людьми. Будучи вынужденным вступать в контакт с товарищами, замыкается в себе, не принимает участия в разговоре, по-нуру сидит в своем углу. Если его спрашивают о чем-либо, он дает банальные ответы, либо обходит вопросы молчанием. Однако ему настолько недостает инициативы, что он не в силах покинуть общество, в котором скучает, и продолжает находиться в нем, как чужеродное тело, одинокий и покинутый. По отношению к близким он также становится все более далеким и чужим. О нем начинают говорить, что он изменился, стал холодным, равнодушным, что ему ни до чего нет дела.

Отсутствие инициативы, нормальной подвижности, стереотипность способов поведения иногда расцениваются обществом как положительные качества. О больном говорят: “какой послушный, вежливый ребенок,” хотя он давно вышел из детского возраста. Лишь иногда этот взрослый ребенок поражает родителей взрывом ярости, враждебности, грубостью, беспричинным смехом, странной гримасой лица, попыткой побега, либо самоубийства.

Но в общем он добрый, послушный; всегда без возражений выполняет все поручения; не стремится вырваться из дому, как другие его сверстники; тихий, спокойный. Родителям, особенно слегка деспотичным, нравится такой покладистый ребенок. Такое тихое поведение является самым опасным, так как обычно проходит много времени, прежде чем близкие начинают понимать, что больному требуется психиатрическая помощь.

Иногда на первый план выступает упрямство. Больной судорожно цепляется за определенные стереотипы поведения, впадая в состояние гнева, когда окружающие пытаются их нарушить, как если бы с их нарушением все должно было пойти прахом. Его невозможно склонить к тому, чтобы он изменил стиль одежды, прическу, способ принятия пищи, распорядок дня и т.д.

В других случаях простой шизофрении в клинической картине доминируют угрюмость и раздражительность. Больной постоянно бывает капризным, и любой пустяк выводит его из равновесия; своим сердитым выражением он как бы защищается от контактов с окружающими.”

Довольно часто собственное тело представляет центральную тему интересов больного. Оно заполняет пустоту его жизни. Больной концентрируется на внешнем виде своего тела либо на его внутренней структуре. Часами разглядывает себя в зеркале, делая при этом странные мины, огорчается какой-либо деталью своей внешности либо мнимым плохим функционированием какого-либо органа.

Иногда простая шизофрения принимает “философическую” форму — больной рассуждает о бессмысленности жизни, человеческих интересов и стремлений, фантазирует о том, чтобы заснуть и больше не просыпаться, иногда, чувствуя себя более бодрым, проводит бесплодные дискуссии по поводу “единственного” и “основного” смысла того, что его окружает.

“При шизофрении часто наблюдается тенденция к философствованию, — пишет А. Кемпинский, — проблемы добра, зла, смысла бытия, устройства мира, смысла жизни, высшей цели человека и т.д. не просто интересуют больных, но становятся существенным делом их жизни. Однако настоящий философ хоть и занимается философией, но живет, в сущности, такой же жизнью, как и любой другой рядовой человек. Больной шизофренией живет своей философией. Проблемы, которые для философа являются предметом рассуждений, для больного являются делом жизни в буквальном смысле слова, ибо **он живет в мире, им самим созданным, ради которого он готов страдать и даже отдать жизнь**. Известное выражение “*primum vivere, deinde philosophari*” (“сначала жить, затем философствовать”) оказывается у него трансформированным в положение “*primum pilosophari, deinde vivere*” (сначала философствовать, затем жить.”¹⁵

В отечественной психиатрической литературе это явление носит название “философической интоксикации.”

Разрыхление ассоциаций при шизофрении указывает на ослабление связи между мыслями или логическими блоками. Это обнаруживается при нелогичном мышлении, при ******мимоговорении, а в более тяжелых формах, — в беспорядочных высказываниях, использовании слов необычным образом, выдумывании новых слов, ускоренном потоке мыслей, склонности к дурашливым импровизациям и голосовым “перевоплощениям.”

Окружающие ощущают атмосферу пустоты вокруг больного. Близкие пытаются пробиться через нее, “расшевелить” больного, принудить его к активности и более живому эмоциональному реагированию, а если это не удастся, сами отдаляются от него, с жалостью называя его “бедным чудаком.” С течением времени странности умножаются. Спокойствие тишины нарушают вспышки возбуждения.

“Шизофренический мир, — пишет А. Кемпинский — наполняют таинственные энергии, лучи, силы добрые и злые, волны, проникающие в человеческие мысли и управляющие человеческим поведением. В восприятии больного шизофренией все наполнено Божественной или дьявольской субстанцией. Материя превращается в дух. Из человека исходят флюиды, телепатические волны. Мир становится полем битвы политических сил или мафии, наделенных космической мощью. Люди яв-

¹⁵ Учитывая вышесказанное, представляется немаловажным и очень существенным внимательное и чуткое различение здорового поиска смысла, подлинную заинтересованность и углубленность в поиске и начальные проявления болезни. Очень хочется еще раз предостеречь вдумчивых и неискушенных в психиатрии читателей от поспешного навешивания ярлыков и поиска “знакомых симптомов” в близких, соседях, сотрудниках.

ляются дубликатами существ, живущих на других планетах, автоматами, управляющими таинственными силами. Все новые открытия и изобретения очень быстро включаются в тематику шизофренического мира. Лазеры, космические излучения, атомные бомбы, межпланетные путешествия, электронные мозги, попытки исследования телепатических явлений и т.п. нередко полностью захватывают воображение больных.

Магичность шизофренической онтологии основывается на слишком близком взаимодействии с миром. Это как бы карикатура на закон взаимосвязи явлений. Не существует независимых явлений — все взаимно зависимы и взаимно влияют друг на друга. Разумеется, больной является центром этой сгущенной структуры мира. Самые отдаленные события влияют на него, либо он влияет на них. Достаточно его движения пальцами, чтобы изменить полет птиц, чтобы остановилось солнце, наступил конец света, чтобы кто-то погиб. И, наоборот, чей-то жест, злой взгляд могут причинить вред больному.

Отдаленность роли не играет, так как силы, действующие на больного, либо из него исходящие, с легкостью ее преодолевают.

Магичность мышления вытекает из метафизического характера тематики шизофренического мира. Вещи, находящиеся за пределами человеческого восприятия и действия, легко становятся полем действия таинственных сил. Если больной сам не может влиять на окружение, то иные силы вступают в действие. Они с легкостью приобретают фантастическую форму. Примером проявления проекции шизофренического мышления в повседневной жизни является та легкость, с которой люди, не имеющие влияния на ход политической жизни, создают сложные концепции действующих в ней сил.

Разрушение собственной структуры отражается на образе окружающего мира. Вместе с больным изменяется его мир. Изменение бывает либо постепенным, либо внезапным в зависимости от характера болезненного процесса, но в любом случае оно оказывается предельным. После него уже ничего не может происходить. Это — конец всему, конец света. Картина конца света может быть более или менее апокалиптической, ограничиваться малым кругом (семья, страна), либо охватывать весь земной шар и вселенную. Это может быть началом конца света (кровавые войны, взрывы атомных бомб, гибель человечества, своей страны или только семьи, битва дьявола с Богом, борьба вражеских сил, заговоры, шпионаж), либо конечной стадией (рай, ад, опустошение после военных катастроф, бессрочное тюремное заключение или концлагерь). В воображении больного шизофренией остаются лишь их тени, духи, либо мертвые тела, движущиеся наподобие автоматов.

Ощущение надвигающейся катастрофы у шизофреников связано с понижением настроения (например, при депрессиях). Будущее представляется в черном свете, ощущается собственное бессилие по отношению к внешней ситуации, которую невозможно изменить. Иногда пессимистическая картина катастрофы играет роль компенсации за собственные неудачи (“после нас хоть потоп”), при этом присутствует радость уничтожения и разрядки агрессии. В случаях ипохондрического бреда больной с определенной долей радости наблюдает разрушение своего тела, в бреде ревности — разрушение сексуальной связи и семьи, в бреде греховности — свое осуждение и кару за грехи и т.д.

Катастрофические настроения достаточно типичны для эпох упадка; старые нормы разрушаются, а новые еще не созданы, а потому господствует состояние потерянности и беспомощности. Нигде, однако, они не достигают столь апокалипсических масштабов, как при шизофрении. Катастрофе предшествует наполненное ужасом ожидание; колорит мира затемняется, все становится таинственным и ужасным. Страх нарастает *crescendo* — в кульминационный момент следует взрыв: конец мира, войны, катаклизмы, хаос, Страшный Суд, разделение на дьяволов и Ангелов, осужденных и спасенных, добрых и злых, патриотов и врагов, живых и мертвых. Постепенно буря стихает, появляется рай либо ад, которые принимают более мирские формы: идеального строя, концентрационного лагеря, жизни на другой планете и т.д.

Религиозные мотивы катастрофической картины могут не соответствовать мировоззрению религиозного человека. Достаточно часто случается, что у глубоко религиозных людей формируется мирской образ катастрофы мира и, наоборот, совершенно безразличные к религиозным вещам люди переживают апокалипсические видения отнюдь не мирской тематики. По-видимому, при шизофрении мировоззрение не имеет большого влияния на картину болезни.¹⁶

Не всегда катастрофическая картина бывает такой яркой. Кроме того, невозможность установления контакта затрудняет воссоздание переживаний больного. Об их интенсивности можно судить лишь на основе поведения: выражения лица, позы тела, большой терпимости при болях и т.п. В случае шизофрении конец света часто принимает форму опустошения, которое охватывает больного и его окружение. Это — опустошение внутреннего мира; солнце уже не светит, люди не смеются, время остановилось, пространство замкнулось в стенах одной комнаты. Не для чего из нее выходить, так как за ее стенами мир представляется измененным, вымершим, либо страшным.”

Речь часто отражает лежащее в основе нарушение мышления и восприятия действительности. Фразы выглядят туманно и замысловато. Тяготение к религиозности и мистичности в настроении и ощущении может проявиться на ранней стадии. Причудливые комбинации религиозных символов, изречений, образов и цитат, произнесенных шизофреником, может показаться поразительно похожими на “вещания духа,” “благодатные глаголы”...

Как склонны духовно неглубокие люди делать из шизофреника “прозорливца,” “юродивого”! Чаще всего оказывается, что те, кто обольщаются подобными “чудотворцами,” сами имеют предрасположенность к болезни, которую принято называть “латентной,” т.е. скрытотекущей шизофренией. Их отклик на шизофренический бред, выражающийся в форме почитания “чудотворца,” создания его культа, еще глубже затягивает несчастного больного в осознание своей значимости и необычности. Он начинает ве-

¹⁶ Пастырю не следует бояться анализировать проекцию религиозных символов, идей, личностей, упоминаемых в библейских текстах и церковном обиходе, на психику больного шизофренией человека, поскольку в проекции на шизофреническое мышление эти символы, образы, личности оказываются лишены реальной связи с первообразами. Бог, диавол, ангелы, святые, благодать, молитва, исповедь, причастие шизофренической картины мира существуют в шизофренической картине мира автономно, видоизменяясь, приобретая новые, только больному известные свойства. Автору книги приходилось лично слышать озвученными шизофренические идеи, изложенные у А. Кемпинского, от людей, заболевших шизофренией уже после того, как они имели определенный запас богословских знаний.

рять в то, что его бредовые идеи исходят “непосредственно от Бога,” а попытки приостановки его действий свидетельствуют о том, что он “блажен, когда поносят...”

Для пастыря важно не обольщаться кажущейся “духовной чуткостью к звукам небес,” сохранить трезвение по отношению к подобным мистическим ощущениям и фантазиям своего пасомого. Нужно всегда иметь в виду, что он имеет дело с больным человеком, которому можно помочь (если он еще в пределах досягаемой слышимости) только приземляя его на конкретность повседневных дел и поступков.

Наибольшую тревогу и опасность для душевного здоровья представляет собой священник, в котором может проявиться это заболевание. Вряд ли он замкнувшись, будет формально продолжать совершать свое служение. А если и попытается замкнуться на себе, ему все равно не дадут. Экзальтированные почитательницы истолкуют его замкнутость и молчаливость как проявление особой духовности. Они, как правило, просто провоцируют его на “вещания.” В раскручивающуюся воронку психопатии могут попасть в принципе здоровые, но нетвердые характером люди. Ведь священнический крест для простого христианина — печать истины, знак качества. Душевный вред, который может произойти как следствие такой ситуации, очевиден. Выход из зависимости от личности больного священника крайне болезнен, образуется плотное кольцо отношений, о чем речь ниже.

Острый синдром.

В психиатрии принято различие острой и хронической шизофрении. При острой шизофрении появляются так называемые “позитивные симптомы”: бред, галлюцинации, нарушение мышления. У некоторых больных после острого заболевания наступает выздоровление, тогда как у других болезнь переходит в хронический синдром.

При острой шизофрении внешность и поведение некоторых больных вполне нормальны, у других поведение в обществе представляется неподходящим, они кажутся отчужденными, поглощенными своими мыслями или обращают на себя внимание какими-то иными странностями. Одни больные улыбаются или смеются без какой-либо видимой причины, другие постоянно выглядят растерянными. Одни бывают постоянно беспокойными и шумливыми, порой их поведение может резко и неожиданно изменяться, другие удаляются от общества, проводят много дней в своей комнате, нередко лежа неподвижно в постели, явно погруженные в свои мысли.

Расстройства течения мыслей при острой шизофрении включают в себя напор мыслей, бедность мышления и обрыв мыслей. Весьма характерен для рассматриваемого синдрома бред. Иногда это так называемый первичный бред, который возникает внезапно с полным убеждением в истинности его содержания, но без каких-либо приведших к нему психических событий. Убеждение возникает в уме внезапно, с полной убедительностью, полностью сформулированное и в абсолютно убедительной форме. Иногда это бред преследования, поиск подслушивающих устройств, фантазии о преследовании со стороны КГБ, опасение относительно проезжающих автомобилей, напичканных пси-оружием и преследователями, подозрительных прохожих, читающих мысли на расстоянии. Отсюда возникает характерная убежденность больного в том, что его мысли извлечены из мозга какой-то внешней силой, боязнь воздействия “космических сил” и “пси-оружия.”

При остром синдроме характерны нарушения настроения, подразделяемые на три основных типа:

1. Длительно сохраняющиеся (тревога, эйфория, депрессия или раздражительность).
2. Притупление аффекта (эмоциональное безразличие).
3. Неконгруэнтность аффекта (эмоция не соответствует настроению, которое можно ожидать в данной ситуации. К примеру, больной может рассмеяться, когда ему сообщают о тяжелой утрате).

Перечислим ряд характерных для острой шизофрении симптомов:

1. Отсутствие осознания своего психического состояния, критичности по отношению к нему.
2. Слуховые галлюцинации.
3. Идеи воздействия на мозг и сознание извне в виде ощущения неконтролируемого изъятия и вставления мыслей.
4. Подозрительность, убежденность в адекватности своей оценки “вычисляемых” им людей.
5. Снижение эмоциональной реакции.
6. Голоса, разговаривающие с больным.
7. Бредовое настроение.
8. Бред преследования.

Депрессивные симптомы являются неотъемлемыми симптомами шизофрении, однако распознать их можно только при смягчении более ярких симптомов.

Возникновению шизофренического образа мышления в значительной мере способствует загруженность *телевизии* — и видеопрограмм сюжетами на вышеупомянутую тему. Неокрепшая психика ребенка или же пошатнувшееся мышление человека, склонного к шизофрении, наполняется образами, возникновение которых в большинстве своем спровоцированы **шизофреническим мышлением** авторов сценария, режиссеров, операторов... Вот, кстати, довольно убедительный аргумент для полного запрещения для детей просмотра “ужастиков” и диснеевских мультфильмов, насквозь пронизанных катастрофическим бредом.

Не может не вызывать тревогу огромное количество игрушек на подобную тему для детей младшего возраста, в которых им предлагается вступить в войну на стороне: “сил тьмы,” “ведьм,” “магов,” с помощью “магических заклинаний” выступить против противника, привлекающего на свою сторону “духов неба.”¹⁷ В магазинах детских игрушек в огромном ассортименте продаются герои “супер-личностей” мультфильмов, побеждающих всех своих противников, внешне же явно напоминающих духов тьмы — демонов.

О компьютерных играх на эти темы немало сказано, однако следует упомянуть о том, что они несут опасность сразу по трем направлениям. Во-первых, пресловутые “космическая тема” и “космические масштабы,” во-вторых, расщепление детского сознания между игровым всемогуществом ребенка и фактом бессилия в реальном мире, в-третьих, сильнейшая зависимость ребенка от компьютеров и джойстиков, которые становятся значительными прибавками детского счастья.

¹⁷ Речь идет о вполне реальной игре для детей младшего возраста “БИТВЫ FANTAZY,” конфискованной мною у ребенка из православной семьи.

Православные пастыри неоднократно обращали внимание на прямую зависимость между телевизионно-компьютерным вторжением в детскую психику и увеличением психоболезней у детей и взрослых. Священник Анатолий Гармаев отмечает:

“Вслед за телевизионным поколением сейчас активно развивается поколение компьютерное. Это уже эмоциональность нового порядка, взвинченная страстью, накопленная до истерии. Дети с развитой эмоциональностью не способны к нравственной жизни. Они в лучшем случае смогут только размышлять о ней, да участвовать в словесных спорах по поводу нравственных поступков. И не более. Большинство из них надолго или навсегда теряют способность к нормальной духовной жизни. Зато склонность к экзальтации, мистике, ворожбе, гаданиям, общению с духами, голосами, космическими учителями — все это с прогрессирующей скоростью утверждается в них.

Сила телевизионного и особенно компьютерного зрелища столь велика, что внимание человека привыкает к ним. Будничная жизнь становится серой и малоинтересной рядом с теле-, компьютерными эффектами. В результате развивается болезнь. Цельное существо человека собирает свое внимание и волю только перед телевизором и компьютером. Вне этих зрелищ его внимание рассеивается, он все более становится человеком безвольным, расслабленным. Жить он начинает только тогда, когда вновь припадет к зрелищу или компьютеру. Крайняя форма этой болезни сказывается не только на настроении, но и на физиологии. Человек, особенно ребенок, вне компьютера не может удерживать взгляда. Глаза его бегают, пальцы начинают дрожать, нарушается деятельность желудка и кишечника, могут проявиться разные виды недержания — мочи, кала. Но едва ребенок припадет к компьютеру, как все эти симптомы исчезают.”

В возникновении и умножении количества объема мистических “ужасов” “на душу населения” видится целенаправленный процесс шизофренизации человечества со стороны духов тьмы и их служителей. Существует мнение психиатра Модсли, что “помешательство представляет собой большее или меньшее отражение времени.”

Слуховые галлюцинации — один из наиболее часто встречающихся симптомов, дающих полное основание согласиться с определением Барбары О’Брайен **шизофрении** как **власти демона**. Именно так называется одна из глав ее книги “Необыкновенное путешествие в безумие и обратно,” замечательного труда, художественные достоинства которого не уступают достоверности клинического описания проблемы “изнутри” человеком, опытно пережившим это состояние.

Слуховые галлюцинации могут выражаться в форме шумов, музыки, кратких фраз или пространственных речей. У одних больных это не вызывает страданий в виду ненавязчивости их, у других вызывает тяжкие страдания. Нередко голоса галлюцинации подают команды больному. Некоторые больные слышат как бы свои собственные мысли, произносимые вслух одновременно с тем, как они приходят в голову, или сразу же после этого. В контексте православной аскетики это можно однозначно расценивать как принятие помыслов, приходящих извне или демоническое “обезьянничание” для усугубления состояния больного, ввержение его в состояние безысходности. Больной слышит, что голоса обсуждают его, говорят о нем в третьем лице, комментируют его действия, спорят о нем...

Зрительные галлюцинации встречаются реже, обычно вместе с галлюцинациями других видов. Еще реже встречаются осязательные, обонятельные, вкусовые и соматические галлюцинации. Подобные явления могут проявляться как следствие разрушения духовной оболочки между миром видимым и невидимым у шизофреника. Мир демонический и его осязательное действие становятся явно зримыми и слышимыми. Демонические силы вступают в контакт с сознанием человека, которое не в силах противостоять их воздействию. Происходит неконтролируемое “принятие бесовских помыслов,” вследствие чего зависимость от посторонних для сознания импульсов становится все больше.

Характерным для шизофрении является бред воздействия и отношения, при котором больной утверждает, что мысли его либо внедряются извне, либо исходят из его головы. Отсюда при общении с людьми уход в себя из опасения быть загипнотизированным, подвергнуться психическому воздействию собеседника, который, якобы, ставит перед собой такую цель. Это состояние называется бредом в контексте существующего медицинского определения, хотя следует иметь в виду, что подобные утверждения больного шизофренией человека отражают его реальный опыт.

Адекватная самооценка у шизофреников, как правило, отсутствует. Большинство больных не признает, что их переживания являются следствием заболевания, объясняя их злонамеренными действиями других людей или демонических сил, а чаще всего глубокой убежденностью, что “так оно и есть на самом деле, что вы из меня дурака делаете?...” Чаще всего именно на этом основании они не желают пройти курс лечения.

Хронический синдром.

Для хронической шизофрении характерны такие негативные симптомы как пониженная активность, угасание побуждений, социальная отгороженность и эмоциональная апатия. Полное выздоровление при хроническом синдроме наблюдается редко.

Избегание для своей жизни и деятельности условий, дающих возможность вступить в близкие эмоциональные отношения с людьми: неряшливый и небрежный вид, туманность фраз, уход от всякой возможности проявления реальной заботы о конкретных людях характерны для хронических шизофреников. Наиболее заметной чертой шизофренического дефекта является ослабление воли, т.е. отсутствие побуждений, инициативы и живой заинтересованности. Предоставленный самому себе больной может пребывать в бездействии на протяжении долгого времени или же заниматься бесцельной и непродуктивной деятельностью. Его поведение со временем ухудшается настолько, что вызывает тревогу его близких.

Так, некоторые больные начинают собирать и припрятывать различные предметы, могут разрушить социальные условности, откровенничая с незнакомыми людьми при полном отчуждении с близким окружением, выкрикивать непристойности на людях и др.

Расстройства речи и мышления проявляются в той же мере, что и при остром синдроме. Эмоции часто оказываются неадекватными ситуации. Подобно тому, как и при остром синдроме могут иметь место галлюцинации.

Перечислим признаки поведения, которые характерны для больных хронической шизофренией в порядке убывания их по частоте встречаемости:

1. Социальная отгороженность, неспособность к адаптации в общественных отношениях.

2. Снижение жизненной активности.
3. Нежелание вступать в беседу.
4. Отсутствие увлечений в свободное время.
5. Неконгруэнтность в общении (больной говорит о своем и очень долго, совершенно не интересуясь реакцией собеседника).
6. Медлительность (иногда в сочетании с п. 7).
7. Гиперактивность (иногда в сочетании с п. 6).
8. Появление необычных и нереальных в осуществлении идей.
9. Постановка вполне реальных целей и отсутствие их практической реализации в активном действии.
10. Депрессия.
11. Попытки самоубийства.
12. Необычное поведение (за столом; нарушающее социальные нормы; в сексуальном плане).
13. Пренебрежение своей внешностью и правилами гигиены.
14. Вычурные позы и движения.

Бред при хроническом синдроме может носить систематизированный характер. Это чаще всего цельная, внутри себя самой непротиворечивая система воззрения на мир, которая в большей или меньшей мере не соответствует реальности, и которую вследствие ее внутренней непротиворечивости бывает очень трудно разрушить усилиями извне. Иногда больной человек, здраво ориентируясь в большинстве жизненных вопросов, проявляет “пунктик,” устойчивую убежденность в несомненной правильности одного или нескольких утверждений, что, впрочем, может не препятствовать его общему социальному функционированию.

Существенной особенностью бредовой формы является изменение структуры как собственного (внутреннего), так и окружающего мира. В принципе это характерно для любой формы шизофрении. Но в случае других форм изменение структуры, которое, быть может, лучше всего выражает ощущение больного, что он сам стал другим, а вместе с ним и весь мир, заслоняется выражением пустоты.

Бредовая форма обычно встречается в более позднем возрасте, сравнительно с другими формами шизофрении. При этом при шизофреническом бреде преобладают вербальные, способы выражения переживаний; “фасад” личности оказывается лучше сохранившимся. Случается, что больной не вызывает подозрений своим поведением у окружающих до тех пор, пока не начинает рассказывать о своих наиболее личных переживаниях. Трудности контакта с ним иногда могут возникать по вине пастыря, если он не умеет завоевать доверие больного и прочувствовать его переживания, удовлетворяясь определением наиболее заметных изменений в его поведении. При бредовой шизофрении обычно встречаются как бред, так и галлюцинации, хотя либо то, либо другое может доминировать в различных случаях.

Параноидная шизофрения.

Прежде чем приступить к описанию данного типа заболевания, необходимо дать краткое понятие о параноидных расстройствах. Во-первых, это бредовые расстройства (paranoidum; paranoia (греч.)— безумие, eidos (греч.) — вид.

Что же такое **бред**? Это такая идея, которая:

1. Не соответствует действительности или искажает ее.
2. Полностью овладевает сознанием больного;
3. Возникает на болезненной основе, почве;
4. Недоступна коррекции, исправлению никакими доводами разума, логики.

Бредовые идеи противостоят свидетельству чувств и рассудка, результатам проверки и доказательств.

Параноидные симптомы характеризуются систематическим параноидным бредом. Больной кажется нормальным до тех пор, пока не затрагиваются его патологические убеждения.

“Параноики, в принципе, не отличаются болтливостью, разве только в сравнении с остальными группами шизофреников, — пишет Барбара О'Брайен, — Но иногда параноик не выдерживает и раскалывается, и тогда доктора узнают о марсианине, который пытается его извести, или о соседе за стенкой, который хочет его уничтожить смертельным излучением. С негодованием он будет рассказывать о своих преследователях, возмущаясь несправедливостью сложившейся ситуации. Случается, что в своей исповеди параноик идет еще дальше и признается, что задумал разделаться с марсианином, начихав на него простудными микробами, когда тот заезжает; а что касается соседа-излучателя, то для него готовится кое-что похлеще, и он помрет прежде, чем прикончит самого параноика.”

Вообще космическая тема характерна для этого типа шизофреников.

“Еще до появления научной фантастики шизофреники уже заселили свои миры марсианами, чертями, специалистами по смертоносным излучениям и другими столь же замысловатыми фигурами.”

Различают первичный и чувственный бред.

Первичный бред возникает как единственный признак расстройства психической деятельности, спонтанно. При нем нарушается преимущественно рациональное, логическое познание — отражение внутренних свойств действительности, при этом чувственное познание не страдает. Высказывание подкрепляются цепью доказательств, фактов, которые истолковываются предвзято. Извращенно могут также истолковываться события прошлого. Все же, что противоречит бредовой концепции, отбрасывается как ошибочные аргументы. Эта форма бреда стойкая, склонна к прогрессированию.

Чувственный бред (образный, вторичный) — ему часто сопутствуют расстройства восприятия в виде галлюцинаций, эмоциональных расстройств, двигательных возбуждений. С самого начала этот бред возникает вместе с другими симптомами психического заболевания. Бред нагляден, в нем преобладают воображения, фантазии, грезы. При чувственном бреде преобладает интеллектуальная пассивность. Бред этот фрагментарный, непоследовательный. В нем не обнаруживается последовательной системы доказательств, обоснования логики, часто сопровождается страхом, тревогой, возбуждением. Пример: больному кажутся какие-то чудовища, монстры, насекомые, к тому же, может быть, они и “кусают,” “царапаются,” человек в страхе сообщает об этом.

Барбара О'Брайен пишет о внутреннем мире параноидного шизофреника:

“Душевный мир такого пациента полон бурной активности, населен десятками деятельных, хоть и вымышленных персонажей. Правда, некоторые из них не совсем вписываются в реальность, вроде марсианина или умельца по смертоносным излучениям. Но параноик, по крайней мере, все время активно взаимодействует со своим причудливым окружением, пытается укрыться от своих преследователей, придумывает способы их перехитрить. Параноик ведет про себя постоянный разговор с населяющими его душевный мир людьми, сражается с ними, спорит, бросает им вызов. Да, да, все это так, подумала я. А через мгновение поняла, в чем дело.

Жизнь параноика в его вымышленном мире, если в него проникнуть, развивается по абсолютно четкому сюжету, а сам мир наполнен неожиданными красками и поворотами событий. Словно смотришь широкоэкранный фильм с понятным сюжетом и выразительными характерами. Это может быть намеревающийся стереть параноика в порошок марсианин, или угрожающий невидимыми лучами сосед, или сам дьявол вызывает его на поединок. Но здесь всегда присутствует бросающий вызов противник, и как бы он ни был страшен, его намерения легко просчитываются... Иссохший берег (сознания — и. Е.) окунается в понятный, однопроблемный мир, который приходит на смену бесконечному множеству невыносимо сложных и не всегда ясно очерченных проблем, справляться с которыми у иссохшего берега больше нет сил. Его интерес привлекает драматическая яркость нового противника. А поскольку драма и сочность изображения, видимо, всегда нравились иссохшему берегу, то его легко поймать на эту привлекательную приманку. Параноик оживает в этом новом мире, таком выразительном, что от него просто так не отмахнешься. А коль скоро появился интерес к этой новой жизни, то обнаруживается, что, помимо выразительности, в ней есть нечто большее — проблема. Обычно, несложная: выжить, перехитрив противника. Как ни странно, хотя противник обладает безмерной властью и сверхчеловеческими возможностями, параноика это не так уже смущает или потрясает. Будь это враг хоть семи пядей во лбу, параноик тут как тут, и рвется в бой.”

Различают следующие синдромы параноидной шизофрении, расположенные здесь по мере их утяжеления:

- **паранойяльный** синдром — преобладает систематизированный бред при ясном сознании, склонный к расширению систематизации, без наличия галлюцинаций;
- **параноидный** синдром — первичный интерпретативный (или интерпретативно-образный) бред + слуховые галлюцинации или ощущение “насильственного” воздействия или управления мыслями, зрительными образами, телесными, вкусовыми, обонятельными ощущениями;
- **парафренный** синдром — бредовые идеи величия с элементами нелепости и фантастичности с различной степенью их систематизации, часто сочетающиеся с бредом преследования, слуховыми галлюцинациями, психическими автоматизмами, измененным аффектом.

В современной психиатрии бред классифицируется по стадиям развития:

- бредовое настроение — бредовая убежденность в изменении окружающего, в неизбежности надвигающейся беды;
- бредовое восприятие — бредовое истолкование значения окружающих явлений действительности в связи с нарастанием тревоги;
- бредовое толкование — бредовое объяснение значения воспринимаемых явлений;
- кристаллизация бреда — “озарение,” выстраивается определенная стройность бредовых идей, их законченность и “логическая” последовательность;
- стадия затухания бреда — появление критического отношения;
- резидуальный (т.е. остаточный) бред.

Надо отличать бред от **сверхценных** идей. Последние очень напоминают бред, но таковыми не являются. Бредовые идеи всегда относятся по содержанию к самому больному. Источником сверхценных идей являются реальные конкретные события действительности в жизни пасомого, эти события связаны всегда с эмоциональными переживаниями человека. Но они не становятся воззрением, не сопровождаются изменением личности. С нормализацией состояния ситуации эти идеи исчезают.

Необходимо отличать бредовые идеи от ошибочных суждений, умозаключений здорового человека, от добросовестных заблуждений, которые могут отмечаться у каждого, а также отличать их от **навязчивых сомнений-опасений** психастеника. В основе последних лежат события, которые могут реально случиться, только сила переживаний человека неадекватна вероятности беды. К тому же человек при этом остается полностью критичен к своим переживаниям, понимает их болезненность, ненужность, только не всегда способен сам справиться с ними.

Приходят на ум слова Евангелиста: “кто же скажет брату своему... “безумный,” *подлежит геенне огненной*” (Мф. 5:22). Надо быть очень осторожным, когда возникает впечатление, что у человека имеются бредовые расстройства. Для их отличия от каких-то других проявлений требуется консультация очень опытного квалифицированного православного врача-психиатра-психотерапевта.

Кататоническая шизофрения.

“Кататонический” происходит от греческого слова *katateino*, что значит стягивать, напрягать. В этом случае заболевание протекает с преобладанием в клинических проявлениях явлений кататонического синдрома как в форме кататонического оцепенения (ступора), так и возбуждения, сопровождаемых выраженным негативизмом (при предложении что-то сделать, делает противоположное или вообще не реагирует), бредовыми и галлюцинаторными включениями. Следует оговориться, что кататонический синдром может наблюдаться и при других заболеваниях, но там не будут выявляться стержневые шизофренические изменения личности.

Проявления кататонического синдрома начинаются остро или постепенно, чаще в возрасте 16-17 до 20-25 лет. Проявляются в виде кататонического оцепенения, возбуждения и смешанных состояний. Ступор (оцепенение) — малоподвижность, застывание иногда на очень длительное время в самых неестественных вычурных позах (например, накрыв голову одеялом как капюшоном). Иногда больной как бы лежит на подушке, кото-

рой нет (симптом “воздушной подушки”), иногда простаивает по несколько суток на полу в необычной позе. Его мышцы нередко напряжены. Больной безмолвен (молчит), однако мигает глазами. Если попытаться силой уложить или сменить позу, сопротивляется, делает противоположное предлагаемому (активный негативизм). В этом состоянии больные никак не реагируют на обращенную к ним речь, просьб не выполняют (пассивный негативизм). Не реагируют они даже на изменение температуры в помещении, на неудобную позу, мокрую постель, голод, жажду, жар, даже на взрыв бомбы во время войны.

Иногда отмечается восковидная гибкость — длительно сохраняет приданную ему позу, как будто слеплен из воска — каталепсия. Иногда реагируют не на громкую, а на шепотную речь. Ночью иногда они начинают передвигаться по помещению, заниматься туалетом, съедают пищу, поставленную перед ними еще днем.

Иногда больные принимают позу внутриутробного младенца, губы вытягивают вперед напоподобие хоботка.

Могут быть импульсивны. Так один больной, длительно находившийся в застывшей позе стоя, вдруг во время обхода неожиданно прыгнул на женщину-врача и стал душировать ее, накинув на нее свою куртку.

Нередко в застывшей позе больной совершает однообразные движения, повторяет чужие слова, чужие действия.

Из более или менее выраженного оцепенения (ступора) больной может переходить в резкое возбуждение с буйством, агрессией, нецеленаправленными и разрушительными тенденциями, нападая не только на персонал, но и на больных. Застывший в церкви больной вдруг неожиданно бросается вперед и бежит в алтарь. Кстати, в этот момент у больного может проявиться недюжинная сила. В это время часто имеют место императивные слуховые галлюцинации (повелевающие, приказывающие сделать что-то). Эти “голоса” могут не давать этому человеку покоя. В это время он особенно опасен для окружающих (может убить, нанести телесные повреждения, задушить, откусить у соседа нос и т.д.). Нередки при этом и обонятельные галлюцинации (“запахи псины,” “мертвечины”). Иногда по их телу как бы “проходит ток,” “в животе шевелится лягушка.”

При этом могут часто отмечаться иллюзии (ошибки восприятия) — вместо прикосновения почувствовал удар и т.п.

Сознание может быть не помрачено с сохранением всех видов ориентации (в месте, времени, личности, ситуации), а может быть изменено по типу снотворного помрачения сознания. Оно может быть заполнено фантастическими переживаниями, грезоподобными сценами: путешествия на Венеру, Марс, путешествия во времени в прошлое, прогулки по средневековым улицам Рима, Парижа. Иногда больной присутствует при гибели городов, цивилизаций, миров. И если сравнить с театром, то здесь пациент как бы из партера зрительного зала переходит на сцену и принимает участие в этих катаклизмах. Внешне же его тело малоподвижно, он застывает иногда с зачарованным экстатическим выражением на лице, или же бродит как лунатик, по помещению. В некоторых случаях может наблюдаться двойственная ориентировка: он и в палате, в которой идет обход врача, он же и на Марсе, где происходят грандиозные фантастические события. Переживания развертываются последовательно, драматично. И если это даже очень страшные по содержанию переживания, пациент чаще всего все-таки неподвижен. По выходу из этого состояния он может подробно рассказать о пережитом.

Следует помнить, что кататонические ступорозные состояния могут варьироваться от кратковременных застываний в различных позах до длительных многодневных оцепенений.

В практике психотерапевта А. Г. Чернявского дважды встречались случаи, когда после чтения оккультной литературы у женщин развивались кататонические состояния, из которых обе благополучно вышли (обе накануне болезни читали “Розу мира” Л. Андреева).

Гебефреническая шизофрения.

Название этого вида шизофрении происходит от греч. слова *hebe* — юношеский, значение которого относится более к уму, к психическим свойствам человека. Гебефреническая шизофрения начинается в подростковом или юношеском возрасте и характеризуется беззаботно-дурашливым шутковским поведением с выраженным обеднением эмоциональной жизни. К этим проявлениям присоединяются характерные для простой формы нарушения мышления и аффективно-волевой сферы, что в конечном счете приводит к формированию гебефренического дефекта.

Гебефренические симптомы при шизофрении характеризуются дурашливостью поведения, инфантильностью, кажущейся простотой и детскостью внешних проявлений.

“Гебефреник подвижен, — пишет А. Кемпинский, — у него всегда множество идей, которые он с необыкновенной легкостью осуществляет, нередко шокируя этим свое окружение. То скорчит глупую мину, то покажет язык уважаемому человеку, то неожиданно разразится громким смехом в серьезную минуту, а иногда что-нибудь испортит или уничтожит просто так, “для смеха.” Всех задирает, не признает дистанции, задает глупые вопросы и смеется без причины. Даже находясь наедине с самим собой, иногда смеется или строит глупые мины. При выполнении поручений проявляет негативизм. На вопросы отвечает невпопад. Часто говорит много, но не всегда понятно, перескакивая с темы на тему, повторяя одни и те же фразы, создавая неологизмы.

Гебефреническая динамика, однако, отличается монотонностью: повторяются одни и те же выходки (“шутки”), гримасы, жесты.

Для близких больной вскоре становится обременительным. Поскольку поведение такого больного бросается в глаза, он быстро попадает к психиатру, что в случае простой шизофрении бывает скорее редкостью.

За гебефренической дурашливостью ощущаются пустота и отсутствие радости жизни, она напоминает “юмор висельников” — людей, которым уже нечего терять в жизни.

Маниакальная же веселость связана с жизнью: больного радуют солнце, краски, веселая компания, эротика. Конкретность в смысле сращенности с окружающей действительностью делает невозможным отрыв от нее.

Лучше всего это выражается в речи. Больной в маниакальном состоянии перескакивает с темы на тему, так как все время что-то новое в окружении привлекает его интерес. Он не “заговаривается,” так как все время остается связанным с реальной действительностью. Трудно поспевать за его мыслью, однако, понятно, что его в данный момент интересует, к чему он стремится; темп его мышления настолько высок, что возникает впечатление хаоса.

Гебефреник “заговаривается,” ибо он оторван от действительности. Он перекакивает с темы на тему в силу нарушения внутренней структуры; его речь представляет отдельные, не образующие единого целого, фрагменты, не связанные между собой и с окружающей действительностью.

Чрезмерная активность и дурашливость гебефреника абстрактны и оторваны от жизни, часто приобретают мрачный и даже трагический колорит. Они являются выражением не радости жизни и стремления к соединению с окружением, но возрастающего напряжения между собственным, внутренним миром и миром окружающим, запутанных и противоречивых чувств и мыслей. Часто они являются парадоксальной реакцией на чувство пустоты и безнадежности собственной жизни. Присутствует катастрофический оттенок — “смеемся и безумствуем, ибо все бессмысленно.”

Гебефреническое “валяние дурака” может быть насмешкой над людьми, которые не отдают себе отчета в том, что все изменилось, что надвигается катастрофа. Катастрофический колорит является отличительной особенностью часто встречающегося при шизофрениии бреда преследования. Факт слежки, преследования, отравления и т.д. приобретает общечеловеческое значение; если такие вещи возможны, значит, весь мир против больного, весь мир изменился.

“Гебефреник хихикает и хохочет, ухмыляется и улыбается, — пишет Барбара О’Брайен, — а иногда и говорит. Да и на лице у него не стоит искать смысла. Со своей жуткой клоунской улыбкой он одинаково хихикает, уставившись на стену, на медсестру, на психиатра, на других пациентов. А уж если задать ему вопрос — веселью нет конца. Может, такова судьба выведенных из равновесия комиков? Нет, в эту группу входят в основном люди, прожившие убогие, безрадостные, трудные жизни, в которых не было ничего, что могло бы вызвать хотя бы подобие улыбки. И я вдруг поняла, какой якорь их держит. — Хихиканье. Гебефреник укрылся от жизни в незатейливом приятном мире, расхристанном и несобранном, где не надо ни за что отвечать, тревожиться и бороться, потому что заниматься этим сложно и страшно.”

Следует отметить еще одну форму заболевания, которую условно можно назвать “групповой гебефренией.” Небольшая (от 3 до 6 человек) группа молодых людей, социально отгороженных от остальных сверстников, чаще в подростковой или юношеской среде, имея одного лидера с ярко выраженными шизофреническими симптомами — энергетического “донора” группы, вступая в тесные межличностные отношения, оказывается связанной тугим узлом зависимости друг от друга. Эмоциональная открытость, свойственная всяким реальным дружеским отношениям, создает прецедент, при котором душевно доминантный шизофреник как бы “инфицирует” своих друзей (как правило, латентных шизофреников) душевной энергией демонических мечтаний, которые воспринимаются ими как неординарные личностные проявления лидера, вызывающие восхищение. В этом тугом узле, в виду полной душевной открытости на “донора,” при ослабленном сознательном “Я” происходит постоянный взаимное подогревание друг друга. В такой атмосфере происходит сегодня большая часть молодежных “тусовок.”

Три фазы формирования бредовой структуры.

В создании бредовой структуры А. Кемпинский выделяет три фазы: ожидания, озарения и упорядочения:

“Фаза ожидания или бредовое настроение характеризуется состоянием странного настроения, беспокойства, ощущения того, что должно произойти то, что прервет чувство неопределенности, разгонит темноту, окружающую больного.

Этот момент наступает в **фазе озарения**. Внезапно как бы все становится ясно. Это озарение подобно тому, что переживается, когда вдруг начинаешь понимать то, что раньше понять было невозможно. Подобное озарение переживается в творческом процессе, когда, например, внезапно в сознании возникает новая научная идея. Однако все это — лишь слабые подобию переживаний больного. Ибо новый способ видения, который возникает в бредовом озарении, касается всей жизни; с этой минуты все видится по-другому. Быть может, наиболее соответствовал бы этому состоянию экстатический момент обращения — прежний человек перестает существовать, рождается новый, который видит мир уже другими глазами.

Если в первой фазе доминирует настроение неуверенности, страха, что вокруг больного и в нем самом что-то происходит, чего он не может понять, то во второй фазе он переживает состояние восторга открытия: наконец-то он дошел до сути вещей, неопределенность сменилась уверенностью, пусть хотя бы даже эта уверенность могла оказаться губительной. Образ нового мира еще хаотичный и туманный; истина уже известна, но не все еще укладывается в логическое целое.

Лишь в **третьей фазе** все начинает организовываться в логическую целостность. Больной с мельчайшими подробностями рассказывает историю своей жизни, и все эти детали с необычайной легкостью доказывают “истинность” его бредовой конструкции.

Память больного иногда бывает поразительной. Он совершенно точно помнит, что такой-то сделал несколько лет назад, как себя вел, когда сделал какую мину, либо усмехнулся. Никто не был бы способен столь детально воспроизвести прошлые события. Эта необычайная память (гипермнезия) касается только случаев, имеющих отношение к бредовой системе; при так называемом объективном тестировании обнаруживается не улучшение памяти, но скорее ее ухудшение. Но за пределами бредовой конструкции ничто для больного уже неважно.

Также наблюдается и обострение восприятия: больной замечает случайные жесты, гримасы лица, обрывки разговора прохожих на улице, — все это его касается, и не существует вещей незначимых; каждая мелочь приобретает значение вследствие самого факта включения в создающуюся бредовую конструкцию.

Иногда, еще прежде чем больной затронет свою бредовую конструкцию, уже сам способ представления фактов, слишком мелочный и педантичный, свидетельствующий о гиперфункции наблюдательности, памяти и логического увязывания, позволяет заподозрить параноидный синдром.

Новый мир, который в озарении открывается перед больным, имеет разнообразную тематику и структуру. Прежде чем подвергнуть эту проблему обстоятельному анализу, следует обратить внимание на два классификационных критерия: на ту позицию, которую больной занимает в отношении нового мира, и на “материал,” из которого этот мир построен.

Одной из основных особенностей построения человеческого мира и, вероятно, мира животных является его эгоцентричный характер. Центральной точкой отсчета, вокруг которой все вращается, является данный человек либо иное живое су-

щество, мир переживаний которого мы хотели бы исследовать. Бредовая структура, помимо прочего, основывается на том, что эгоцентричность системы подвергается еще большему акцентированию. При этом исчезает нормальная перспектива, которая позволяет отделить “то, что касается меня” от “того, что меня не касается.” Больного касается все, все к нему относится. Давление окружающего мира становится настолько сильным, что утрачивается способность свободного перемещения в нем. Заостренная наблюдательность и память обуславливаются чувством необычного значения того, что происходит вокруг; каждая деталь важна для больного, ибо его касается.

В мире подобной сокращенной перспективой можно занимать позицию “наверху” либо “внизу”; индивид либо управляет миром, либо мир управляет им.

В первом случае говорят о бреде величия — больной чувствует себя всемогущим, может читать чужие мысли, отдавать приказы на расстоянии людям, животным, вещам, чувствует себя “богом,” “дьяволом,” “святым,” героем, великим изобретателем и т.д. Во втором же случае говорится о бреде преследования — больному кажется, что за ним следят, мысли его читают, им управляют извне, как автоматом, у него нет собственной воли; он — самый плохой и ничего хорошего не заслуживает; его ожидают только суд и обвинительный приговор.

Обычно бредовая картина пульсирует между двумя полюсами — повышенного и пониженного самочувствия. Особенно в начальном периоде шизофрении бред величия переплетается с бредом преследования. Больной чувствует себя всемогущим; на него возложена великая миссия, и в то же время за ним следят, его преследуют, и ему грозит гибель.

В более поздних периодах шизофрении обычно наблюдается большая стабильность; один из вариантов бреда выражение преобладает. Бред преследования бывает чаще, нежели бред величия.”

Существующие подтипы шизофрении выделены весьма условно. Они могут сочетаться друг с другом, могут проявляться отдельно. Из четырех их форм, вопреки кажущимся различиям, наибольшее сходство существует между простой формой и гебефренической. Некоторые психиатры, особенно американские, используют оба названия в качестве синонимичных. Прогноз в случаях как той, так и другой из этих форм, в общем, менее оптимистичен по сравнению с другими формами шизофрении. Хроническая шизофрения, или так называемый шизофренический “дефект,” нередко принимает форму простой или гебефренической шизофрении.

Шизофреническая “пустота.”

Существенным моментом, связывающим эти две формы болезни, является впечатление пустоты, которое они вызывают у окружающих. И сами больные, впрочем, часто жалуются, что главное их переживание — это чувство пустоты, что у них что-то внутри “выгорело.”

Чувство пустоты не является специфическим при шизофрении. Оно встречается при неврозах, депрессии, иногда в случаях органического отупения, а также и у психически здоровых людей. Чаще всего оно бывает связано с понижением жизненной динамики — человек в подобных состояниях чувствует себя “потухшим,” внутренне пустым и бесплодным.

В норме подобные состояния возникают после напряженной психической активности; пустота в таких случаях является как бы выражением состояния расслабления. Пониженное настроение, являясь субъективным выражением снижения жизненной динамики, нередко связывается с чувством душевной пустоты. Это чувство возникает также при негативном эмоционально-чувственном отношении к окружению. Учащающееся стремление выключиться из обычного круга человеческого общения может вырасти первым выражением негативной установки к другим людям. Аналогичное чувство внутренней пустоты появляется при негативном отношении к самому себе. При этом человек сам для себя становится пустым и скучным.

Шизофреническая пустота отличается от нормальной лишь степенью выражения и упрочнения. Если внутренняя пустота является главным симптомом шизофрении, вероятность положительного исхода болезни невелика. Однако пастырю стоит попытаться побудить больного (если он находится в радиусе душевной досягаемости) к большей активности, большему эмоциональному включению в реальную жизнь и реальные отношения с другими людьми.

Наследственность и семейный фактор при шизофренических расстройствах.

Следует учесть также, что некоторая часть шизофренических расстройств имеет генетическую природу, т.е. может проявляться наследственно. Исследования подтверждают значение наследственного фактора в шизофрении. Шизофрения у детей тесно связана с этим заболеванием у взрослых.

Особо следует сказать о роли семьи в возникновении шизофрении. Анализ причин, приведших к возникновению этого заболевания, как правило, начинают с термина “шизофреническая мать.” Психические отклонения у матери (Гораздо реже — у отца), которые могут не иметь ярко выраженного характера, провоцируют возникновения этого заболевания у ребенка. Возможно, мать больного проявляла неадекватное отношение к ребенку, чувственную холодность, нередко подсознательную враждебность к нему, неуверенность в роли матери, деспотичность, неспособность выразить свои чувства и стремление получить разрядку, демонстрируя власть. Закладка шизофренических симптомов у ребенка может произойти в раннем детстве. Например, мать открыто велит ребенку подойти к ней, в то же время своим поведением и тоном выражая неприятие его. Иногда мать, не реализовавшаяся в своей супружеско-эмоционально-чувственной жизни, все свои чувства, включая и эротические, проецирует на ребенка. Она не может допустить “перерезки пуповины,” привязывает ребенка к себе, ограничивает его свободу.

Или, к примеру, авторитетный в глазах ребенка отец-шизофреник, подчинение которого обусловлено спровоцированной им идеализацией собственной личности.

В другом случае отец может оказаться чрезмерно уступчивым, оттесненным своей супругой от своей отцовской роли на периферию семейной жизни. С ним не считаются, им явно пренебрегают либо ненавидят его, когда он своим поведением, например, алкоголизмом, нарушает семейный порядок. Часто с внешней стороны семейная жизнь представляется образцовой, и лишь обстоятельный анализ эмоционально-чувственных отношений выявляет их патологию. Противоречивость чувств по отношению к родителю становится камнем, с которого начинается закладка фундамента здания шизофрении, могущей проявиться при определенных условиях в юношеском возрасте.

Перекося в супружеских отношениях, при котором один из супругов полностью уступает и даже идеализирует эксцентрические выходы другого, доминирующего в семье, может также привести к возникновению у ребенка этого заболевания. Еще одним фактором можно назвать семейный раскол (расщепление), при котором родители придерживаются противоположных взглядов, так что ребенок оказывается в ситуации раздвоенной лояльности. Иногда больной обречен на семейную опеку и не может от нее освободиться. В результате он подвергается постоянному действию эмоциональных факторов, которые в определенной степени способствовали развитию болезни. Шизофреническая деградация неоднократно уменьшается либо даже исчезает, когда больному оказывается вырванным из своей среды.

Исследования показали, что заболеваемость и распространяемость шизофрении достигают наивысшего уровня в низших социально-экономических группах. Изучение концентрации заболевания по месту проживания указало на наибольший процент заболеваемости в трущобных районах городов. Вследствие вышесказанного можно предположить, что возникновение заболевания вызвано профессиональной и социальной изоляцией, противоречием между родительским сценарным программированием авторитарного родителя относительно невозможности жизненной реализации и обреченности жизни на низком социально-экономическом уровне и разыгрываемыми в грезах ребенка мечтаниями о своей значимости, великости, богатстве и славе.

Три этапа в развитии шизофренического процесса.

Антон Кемпинский выделяет три этапа в развитии шизофренического процесса — овладения, адаптации и деградации:

“Это не значит, что всегда все три периода обязательно должны выделяться в каждом случае шизофрении; иногда после первого или второго периода больной полностью выздоравливает, и трудно найти в его личности следы деградации. Различной бывает также длительность отдельных периодов. Иногда первые два периода бывают очень короткими и протекают незамеченными, больной как бы сразу вступает в стадию деградации. Так бывает в случаях простой и гебефренической шизофрении. В общем, необходимо отметить, что среднее время длительности шизофренического процесса установить достаточно трудно. Иногда он длится годами вплоть до смерти больного, в других же случаях — кончается через несколько месяцев, недель или дней.

Фаза овладения. Особенностью первого этапа является менее или более бурный переход из так называемого нормального мира в мир шизофренический. Больной оказывается захваченным новым способом видения самого себя и того, что его окружает. Больной вдруг оказывается в ином мире — видений, экстаза, кошмаров, изменившихся пропорций и красок. Сам он тоже становится кем-то другим — открывает “себя подлинного,” сбрасывает прежнюю маску, которая закрепощала и тормозила его, становится подлинным собой, героем, выступающим против всего мира, с убеждением в своей миссии, которую он должен исполнять, либо с чувством “освобождения от себя прежнего,” ощущает хаос, пустоту, собственное зло и ненависть к самому себе и ко всему миру. Если же изменение происходит постепенно, окружающий мир становится все более таинственным и зловещим, люди же, все менее понятные, возбуждают страх и стремление к бегству. Больной замыкается в себе, отказывается от всего (простая форма), утрачивает контроль над своими движениями; его тело застывает в неподвижности либо выполняет странные, нередко бурные движения, как бы управляемые извне (кататоническая форма); больной “открывает истину,” знает, почему этот человек странно усмехнулся, а тот так упорно его рассматривает; он уже не мо-

жет убежать от следящего за ним глаза и подслушивающего уха; его мысли читают, его уничтожают лучами; либо, если истина радостная, он видит свою миссию, желает осчастливить других людей, ощущает свое всемогущество и т.д. (бредовая форма).

Трудно вживаться в атмосферу периода овладения; помимо переживания счастья, в ней доминирует ужас, вызванный самим фактом, что ты оказался захвачен чем-то новым и необычным. Психическое напряжение в этом периоде бывает настолько сильным, что больной калечит свое тело, совершенно не чувствуя боли, и часто длительное время не испытывает потребности в пище и отдыхе.

Фаза адаптации. В периоде адаптации буря стихает. Больной привыкает к новой роли. Его уже не поражают собственные странные мысли, чувства, образы. Бред и галлюцинации не изумляют своей необычностью. “Иное обличие мира” становится чем-то привычным и повседневным. Вследствие этого оно утрачивает свою привлекательность, перестает быть единственным и истинным, но становится лишь более подлинным, нежели действительность. Постепенно снова начинает возвращаться прежний, реальный мир. На психиатрическом языке подобное состояние называется “двойной ориентацией.” Больной может считать окружающих его людей ангелами либо дьяволами, но одновременно знает, что это врачи, медицинские сестры и т.п. Себя он может считать “богом,” что, однако, не мешает ему приходиться к врачу за рецептом. Может подозревать свою мать или жену в том, что они хотят его отравить, но без возражений съедает приготовленную ими пищу. Больной как бы одной ногой стоит на почве реальной действительности, а другой — на своей собственной, шизофренической.

Двойная ориентация. Двойная ориентация является признаком возвращения к нормальному, вероятному мышлению. На место шизофренического озарения вновь приходит нормальная человеческая неопределенность, выражающаяся в картезианском *cogito ergo sum* (“Мыслю, следовательно, существую” (лат.)). Здесь *cogito* означает не столько “мыслю,” сколько “сомневаюсь,” “колеблюсь,” сомневаюсь, следовательно, “существую.” Патология двойной ориентации состоит в том, что на место “либо” ставится “и.” Здоровый человек осуществляет выбор действительности на основе “либо”: в ночной темноте он может принять куст за подкарауливающего его человека, улыбку незнакомого человека может истолковать как дружественную либо ироническую. В каждом случае, однако, он должен осуществить выбор, решить, что это: куст “либо” бандит, друг “либо” враг. Он не признает возможности одновременного существования альтернативных вариантов. При двойной ориентации обе противоположные возможности не исключаются взаимно; куст может быть и кустом “и” бандитом, улыбка — дружелюбной “и” враждебной.

Трудно, однако, жить в двух мирах одновременно. Поэтому при двойной ориентации одна из реальностей обычно преобладает. С терапевтической (И с пастырской точки зрения, тем более — авт.) точки зрения, среда больного в этом периоде должна быть такой, чтобы истинная реальность более притягивала больного, нежели реальность шизофреническая. Поэтому большое значение имеет создание теплой, свободной атмосферы вокруг больного; это может предотвратить закрепление шизофренической реальности, что повело бы к постепенной деградации.

Дальнейшим шагом на пути к “нормальному” миру является развитие критики в смысле перечеркивания больным шизофренической реальности; она перестает быть для него действительностью и становится пережитым, болезненным миражом. Среди психиатров доминирует убеждение, что критика в отношении собственных болезненных симптомов является критерием выхода из психоза. Формируя этот критерий с позиций больного, можно было бы утверждать, что **он может вернуться в “нормальный” мир после отказа и решительного отрицания действительности психотического мира** (Мысль А. Кемпинского прекрасна с православной точки зрения! Вот, возможно, панацея от болезни — решительное отрицание психотического мира. Нелегкое условие для спасения от прелести бесовской болезни, от власти дьявола: ПОСЛУШАНИЕ через решительный отказ от испытанного необыкновенного

опыта познанного шизофренического мира). Выполнение этого условия не является легким делом, поскольку переживания, испытываемые во время психоза, необычайно сильны, а чувство реальности в большой мере зависит от силы переживания.

Как трудно больному согласиться с тем, что то, что сильнее всего переживалось и запечатлелось в психике, было фикцией! Когда память о болезненных переживаниях сохраняется, отрицание их реальности не представляется легкой задачей. **Болезненные переживания обуславливают такое же, а иногда даже более сильное, нежели обычные переживания, убеждения в их реальности.** Мир болезненных переживаний представляет (как это определил один из пациентов) как мир “четвертого измерения.” До тех пор, пока в периоды ремиссии он признавал его нереальность, испытывал постоянное чувство беспоконья, вытекавшее, вероятно, из того, что, находясь в одном из миров, он вынужден был отрицать существование другого. Будучи здоровым, он отрицал реальность болезненного мира, а когда был болен — реальность мира действительного. Он обрел спокойствие лишь тогда, когда признал реальность обоих миров; рецидивы заболевания с этого времени стали реже и значительно слабее.

Фаза деградации. Третий этап — фаза деградации, характеризующаяся прежде всего эмоционально-чувственным отупением.

Распад личности, представляющий характерную черту третьей фазы шизофрении, состоит именно в утрате индивидуальности вследствие разрушения определенного, специфического для данного человека порядка. Дезинтеграция — одна из двух осевых симптомов шизофрении — наблюдается во всех ее фазах, но в третьей расщепление превращается в распад. Невозможно охарактеризовать профиль личности больного, ибо он представляет собой конгломерат не связанных в единое целое жестов, мин, эмоциональных реакций, слов. Речь представляет собой уже не набор отдельных предложений, не образующих логического целого (нарушение связности), но набор отдельных слов, многие из которых являются неологизмами, не образующими уже осмысленного высказывания (“словесный салат”). В то время, как при нарушении связности отдельные предложения понятны, но трудно понять целостное содержание речи, ибо отсутствует ее логическая конструкция, то здесь утрачивается уже смысл даже отдельного предложения.

Распад или отупение представляют собой финальные формы двух осевых симптомов шизофрении: расщепление и аутизм. Долго длящийся аутизм — отрыв от окружающего мира и прекращение информационного обмена с ним — приводит в конце концов к психологической бесплодности: шизофренической пустоте. Богатство первой фазы вытекает из того, что то, что под давлением окружения подавлялось и в лучшем случае проявлялось в сновидениях, либо в мимолетных мыслях или чувствах наяву, теперь выбрасывается во вне и благодаря этой проекции обретает черты реальности, вытесняя истинную реальность. Не подкрепляемое извне это внутреннее богатство с течением времени исчерпывается.

После “пожара” остается “пепелище.”

Накопление неудовлетворенных импульсов любви и ненависти как фактор формирования шизофрении.

Американский психоаналитик Эрик Берн отмечает, что одним из факторов, провоцирующих шизофрению, является накопление неудовлетворенных импульсов любви и ненависти вследствие неспособности, неприспособленности к нормальным человеческим отношениям. Психика шизофреника, таким образом, отказывается от Принципа Реальности. Разумное “Я” постепенно теряет власть над желательной частью человека. Со временем желания начинают действовать в нем таким образом, будто он является центром мироздания, будто он всемогущ, самодостаточен и способен одним своим помыслом влиять на все вещи в мире.

Прежде чем привести обширную цитату из книги Э. Берна “Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных,” сделаем небольшую выписку расшифровки понятий, которыми оперируют психоаналитики в своей работе, из терминологического словарика этого же автора. Заметим, что эти понятия приводятся нами не как “руководство к действию,” а как служебные термины, необходимые для понимания дальнейшей цитаты.

Ид — Вместилище психической энергии, исходящей от непосредственных инстинктов жизни и смерти. Ид действует по принципу удовольствия. Энергия его состоит из либидо и мортидо, каждое из которых имеет собственные цели и объекты. (Аналог в православной антропологии: желательная, страстная часть души человека).

Эго — Часть психики, находящаяся в контакте, с одной стороны, с внешним миром, с другой стороны, с Ид и Суперэго. Эго пытается удерживать мысли, суждения, истолкования и поведение в пределах практического и эффективного, в согласии с Принципом Реальности. Синоним сознательной части психики.

Суперэго — Образы, нагруженные направленным внутрь мортидо, контролирующие и ограничивающие свободное выражение инстинктов Ид и даже одерживающие верх над суждениями Эго. Каждая сознательная и подсознательная мысль, чувство или поступок, не согласующиеся с Суперэго, вызывают напряжение, и если это напряжение становится сознательным, оно воспринимается как чувство вины. (Психология подразумевает под этим понятием совесть и заложенные с детства жизненные ценности — и. Е.).

Либидо — Энергетические напряжения, снимаемые созиданием, творчеством и сближением. Энергия инстинкта жизни, “целью” же его является, по-видимому, продолжение рода. (Энергия созидания, сближения, иногда находящая выход в виде сексуального влечения — и. Е.).

Мортидо — Энергетические напряжения, снимаемые разрушением, нанесением ущерба, устранением и отдалением. Энергия инстинкта смерти. Величайшее удовлетворение мортидо достигается у взрослых убийством или самоубийством, а “целью” его является, по-видимому, сохранение индивида. (Энергия гнева, гордости и самости — и. Е.).

А теперь несколько выписок из главы “Что такое сумасшествие?” вышеупомянутой книги Э. Берна. В ней он на примере пациента по имени Кэри рассматривает случай прогрессирующей шизофрении:

“...Изменения в образе Кэри становились все более очевидными по мере того, как теряло управление Эго. Изменился его образ собственного лица, образы людей вокруг него, его места в обществе... Во время борьбы между Ид и контролирующим действительность Эго образы эти настолько переплелись, что **он не мог уже отличить новые образы от старых, образы грез от образов, созданных на опыте** (выделено мною — и. Е.). В конце концов он уже не знал, видел ли раньше те или иные вещи; у него сложилось ощущение, будто события происходят вторично, хотя они происходили впервые; и в доброй половине случаев он не знал, грезит или нет.

В итоге все его напряжения, до того получавшие лишь воображаемое удовлетворение в грезах, внезапно вырвались во внешний мир, но совершенно нереальным и нелепым способом. Вместо того чтобы выражать чувства здоровой любовью или ненавистью к дру-

гим людям, **он вкладывал свои собственные желания в головы других людей и чувствовал, будто эти желания направлены на него** (выделено мною — и. Е.). Он некоторым образом проецировал свои чувства на экран и смотрел на них со стороны как зритель, как будто они были чувствами кого-то другого. Он превратил их, можно сказать, в кинофильм “Любовь и ненависть,” главного героя исполнял сам Кэри, и он же был единственным зрителем этого фильма. В конечном счете, он всю жизнь делал то же в своих грезах, состоявших из фильмов о любви и ненависти, с собою самим в роли героя, следя за “экраном событий” внутренним взором. В этих фильмах он обладал прекрасными женщинами и уничтожал своих подлых соперников. Все различие состояло лишь в том, что теперь он проецировал свои фильмы на внешний мир.¹⁸

Поскольку болезнь его прогрессировала, он не узнавал в этих фильмах свои собственные чувства. Он полагал, что эти чувства принадлежат другим лицам, не сознавая, что сам является автором сценария. Так как он не узнавал в этих странных фильмах свое собственное творение, они пугали его безудержными и драматическими стремлениями либидо и мортидо, как испугали бы любого другого человека, если бы тот мог увидеть все это так же четко. Но этого никто другой видеть не мог, и потому никто другой не мог понять его возбуждения.

Итак, на этой стадии болезнь Кэри состояла в том, что, **видя свои чувства, он не мог распознать их как свои собственные, а воображал, будто это чувства других людей, направленные на него.** Психиатры называют это “проекцией,” как и в примере с кинофильмом. Можно было бы назвать это “отражением.” Его либидо и мортидо вместо того, чтобы направляться нормальным образом на других людей, проецировалось на других, а затем отражалось на нем самом. Чтобы скрыть свое желание убивать других, он воображал, что другие хотят убить его; чтобы оправдать свою незаконную любовь к женщине, он воображал, будто она любит его.¹⁹ В обоих случаях он избегал таким образом вины, которую испытывал бы будучи агрессором. Дело дошло до того, что инстинкты Ид должны были как-то выразиться внешним образом, но, не получив сперва “разрешения” своего Суперэго, он не мог выразить их прямо. Он получил такое разрешение в ложном убеждении, будто другие хотят все это проделать с ним. Проецировать свою любовь и ненависть, а затем отвечать взаимностью на эти воображаемые чувства, — это и в самом деле интересный способ избежать вины; какую цену, однако, приходится платить за такой окольный способ выражения своей любви и ненависти! В итоге он провел в больнице почти год, пока не сумел с помощью доктора Триса вернуть на место инстинкты своего Ид и восстановить власть своего Эго. И дальше, пользуясь необходимой время от времени помощью врача, Кэри смог жить нормальной жизнью.

Как уже говорилось, невроз представляет собой беспокойный, но успешный способ облегчать в завуалированной форме напряжения Ид. Когда же все способы их контролируемого выражения рушатся, Ид одерживает верх над Эго; такое состояние называется психозом. В случае Кэри первым защитным механизмом был общий паралич всех внешних выражений инстинктов Ид, так что им дозволено было получать облегчение лишь в грезах.²⁰ Это тип “подавленной” личности со слабой границей между подсознательной и сознательной психикой и внешними событиями. Люди такого рода желают, чтобы мир из-

¹⁸ Психотерапевты различных направлений утверждают, что в работе с шизофрениками крайне опасно и даже, может быть, непредсказуемо вредно использование символов, образов, примеров из художественных произведений и кинофильмов. Все приводимое они истолковывают на свой лад, совершенно непредсказуемый и закрепляющий, фиксирующий их крайне аутированный взгляд на мир. Из пастырской практики известен случай, когда просмотр кинофильма “Титаник” привел к формированию бредовой структуры и дальнейшему разви тию болезни у человека, в силу негативных семейных и наследственных факторов предрасположенного к шизофрениии.

¹⁹ Случай “незаконной любви” Кери описан Э. Берном ранее, в этой цитате он опущен — и. Е.

²⁰ К возможности отыгрывать потребности и получать облегчение в сновидениях до тех пор, пока удерживаемая энергия Ид не вырвется наружу, неоднократно обращались в своих работах психоаналитики различных направлений — и. Е.

менился в соответствии с их образами, но ничего не делают для того, чтобы такая перемена осуществилась. Из истории Кэри ясно, почему у таких индивидов граница между грезой и действием описывается как “хрупкая.” Когда она ломается, то это происходит не постепенно, а внезапно, и рушится полностью. Ид неудержимо и беспрепятственно изливается наружу.

До тех пор, пока подсознание Кэри прорывалось лишь в его грезах, это никому не причиняло вреда, кроме него самого, поскольку он терял время и энергию в этих бесполезных мечтах, не укреплявших его дух и не делавших его полезнее для самого себя и для общества. Но когда граница между фантазией и действием разрушилась, он стал опасен для себя и для других, и его пришлось держать под присмотром, чтобы он не причинил себе и другим социального или физического вреда. Общество должно было защищать его от бесстыдных желаний его Ид, пока он не стал снова достаточно сильным, чтобы от них защититься.

Итак, болезнь Кэри прошла четыре стадии:

1. На протяжении большей части жизни у него отсутствовали “простые” способности к человеческим контактам. **Он не любил и не сражался.** Его напряжения накапливались в нем самом. Он никогда не мог разрешить ни одну из своих проблем. Он никогда не мог полюбить какое-нибудь место в жизни или какого-нибудь человека. Он попросту плыл по течению через разные занятия, мимо разных людей, не выражая никаких внешних чувств к этим людям. Такое восприятие мира называется “**простой шизофренией.** Можно сказать, что он вел себя так, будто его либидо и мортидо не хватало ни на что другое, как только на его грезы. Казалось, что он страдал от недостатка психической энергии точно так же, как больной анемией человек, по-видимому, страдает от недостатка физической энергии (в контексте православной психологии “от недостатка душевных сил”). Это впечатление было, однако, ложным, поскольку, как мы знаем, чувства незаметно накапливались в нем. То, что казалось “простой” недостаточностью, на самом деле было сложной неспособностью нормально выражать свои чувства.

2. Когда у него произошел резкий срыв после ряда предшествовавших странных ощущений, его либидо и мортидо начали в большом количестве проецироваться на внешний мир. Он увидел свои собственные чувства отраженными от других, и подобно тому, как отражение в зеркале может показаться ложному восприятию происходящим от самого зеркала, так и он воображал, что его любят или ненавидят едва знакомые или вовсе незнакомые с ним люди. Он слышал голоса, и у него были видения, подтверждавшие его спроецированные чувства. Вместе с этими заблуждениями или ложными верованиями важную роль в его болезни играла установка неправильно приписывать “значение.” Он склонен был придавать малейшему незначительному взгляду или поступку другого человека величайшее личное значение для себя, связывая его со строем собственных чувств (Отсюда видна склонность шизофреников к символизму, истолковательному отношению совершенно случайных вещей — и. Е). Мясо в лавке выглядело теперь более значительным, чем обычно, и настолько значительным, что вызывало у него тошноту. Если кто-нибудь в ресторане зажигал сигарету или облизывал губы, ему казалось, что это делается с целью передать ему важное личное сообщение или угрозу именно ему. И все эти новые значения приводили его в замешательство.

Такое состояние психики, для которого характерны проецирование и отражение чувств, а также преувеличенная оценка собственной значительности, называется “параноидным”; в особенности применим этот термин к лицам, чувствующим, будто всеми поступками людей руководит мортидо, то есть все они стремятся причинить ему только вред и угрожают его безопасности. Параноидного шизофреника сопровождают галлюцинации

преследования, и со временем он обычно слышит, подобно Кэри, голоса, подтверждающие его чувства.

При этом он некоторым образом смутно чувствует, что сценарий составил он сам; это проявляется в его ощущениях, будто его мысли читают другие люди и могут их видеть и так далее. Заметим, что в этой стадии действовали и либидо, и мортидо. Одна женщина любила его, другие люди ненавидели.

3. На третьей стадии он долго лежал, точно мертвый. В этом состоянии у пациентов часто бывают неожиданные, непредсказуемые приступы бешеного гнева. Они кажутся совершенно равнодушными к окружающему и вдруг внезапно бросаются на кого-нибудь, находящегося поблизости. В этом состоянии практически отсутствуют какие-либо внешние признаки деятельности либидо; все, что удается наблюдать, происходит, по-видимому, от мортидо, направленного внутрь или наружу. Меняется и мышечный тонус: конечности можно привести в любое положение, в котором они остаются сколь угодно долго без утомления, как будто человеку дали укрепляющее средство, сделавшее его сильнее обычного. В то же время больной, по-видимому, становится безразличным к происходящему с ним самим или вокруг него. Эта эмоциональная катастрофа и особый мышечный тонус являются признаками так называемого кататонического (т.е. мышечно-натянутого) состояния при шизофрении.

4. На четвертой стадии мортидо больше себя не проявляло. Кэри производил впечатление приятного и обходительного человека. По его словам, все обстояло превосходно. Теперь он был величайшим человеком на свете. Отцом всех детей и источником всей половой энергии. Он оценивал себя по достоинству, как милостивый монарх и непревзойденный любовник, осчастлививший всех мужчин и всех женщин. Находясь в психиатрической клинике, время от времени он передавал другим пациентам и членам персонала какие-то клочки бумаги, воображаемые свидетельства его великодушия; в других случаях он отказывал в этих дарах, вообразив какую-нибудь обиду. Изредка он дарил в качестве знака особой милости кусочки своих испражнений, завернутые в бумагу. Он любил весь мир, и в особенности самого себя. Его либидо проявлялось в полную силу, но теперь оно не проецировалось наружу, а обратилось, главным образом, вовнутрь. В этот момент его поведение реальным образом напоминало младенца, царственно восседающего на своем троне и дарующего или отказывающегося в своих дарах, то есть испражнениях.

В течение этой стадии желаний Кэри могли меняться ежеминутно, и он не замечал, по-видимому, противоречий в своем поведении, как **будто одна часть его психики не знала или игнорировала намерения другой**.²¹ Он вел себя так, будто Личность его разделилась на отдельные части, действующие независимо друг от друга. Такое поведение, с некоторой сексуальной окраской, часто наблюдается у подростков, а пациенты этого рода кажутся одержимыми. Отсюда происходит название описанного состояния — гебефрения.

Наряду с распадением личности на отдельные, независимо действующие части, у Кэри было и расщепление другого рода. Все, что видели его глаза и слышали его уши, отделилось от его чувств, поэтому **действительность не вызывала у него нормальных**

²¹ В этом смысле в психотерапии шизофреника называют множественной личностью. Барбара О'Брайен пишет: "Наиболее распространенное представление сводится к тому, что при шизофрении нарушается целостность личности, в больном живут как бы два, а то и больше разных людей... Периодически возникает новая личность, состоящая из частей прежней личности, которые сознание упорно подавляло." Как правило, одна из них, слабеющая, его сознательное "Я" уступает место другим, более сильным, в лучшем случае как минимум двум, олициетворяющим либидо и мортидо. Количество псевдо-"Я" может достигнуть большего числа. Ненормальности, раздробленности своей больной чаще всего не в состоянии осознать. Можно с уверенностью предположить, что эта стадия болезни и есть этап, на котором демонические силы, отождествляясь с Эго шизофреника посредством его желаний, обретают над ним неограниченную власть. — и. Е.

эмоциональных реакций. Слезы матери не пробуждали в нем больше расположения, а заботливость сестер не встречала благодарности. Чувства его, казалось, не были связаны с происходившим вокруг. Его психика была расколота на несколько частей. Поскольку раскол происходит в уме “одержимого” человека (“френия”), становится понятным термин шизофрения, которым называют эту болезнь.

Шизофрения часто сопровождается тем, что напоминает частичный или полный раскол между всем, что происходит с пациентом, и его чувствами по этому поводу; насколько можно заметить, его чувства почти или вовсе не связаны с событиями. Так обстояло дело с Кэри, когда он улыбнулся своей плачущей матери, вместо того, чтобы с нею скорбеть по поводу своей участи. Как часто можно заметить, предшествует подлинному расколу почти полная к событиям внешнего мира индифферентность, равнодушие. **Чувства индивида, в некотором смысле, находятся не в остром, а в притупленном контакте с действительностью.** Мы говорим в таких случаях, что некоторые явления вызывают у пациента притупленную реакцию или неадекватный аффект. Такие индивиды больше заинтересованы в своих грезах, чем в происходящем вокруг, и, поскольку их эмоции зависят больше от внутренних процессов их психики, чем от внешних событий, **нормальному человеку в их обществе становится не по себе.**²²

В итоге мы можем теперь обобщить все то, что узнали о шизофрениках. Вначале они проявляют притупленные или неадекватные аффекты, в которых чувства отщеплены от происшествий; впоследствии их психика раскалывается на куски, которые действуют как будто независимо друг от друга.

Далее, больные шизофренией подразделяются на четыре основных класса. У того или иного пациента все эти четыре типа поведения могут быть перемешаны или же могут проявляться последовательно, как в случае Кэри; наконец, он может проявить лишь один вид шизофренического поведения в течение всей болезни.

Первый тип шизофреника — простой тип, для которого характерна неспособность выработать эмоциональную привязанность ни к какой обстановке и ни к какому человеку; индивид блуждает с места на место, от человека к человеку. Простыми шизофрениками являются многие бродяги и многие проститутки; они все время меняют местопребывание и партнеров, потому что **им безразлично, где и с кем вступать в связь** (Выделено мною — и. Е). Это не значит, что всякий человек, меняющий занятия или товарищей, должен подозреваться в шизофрении. Лишь опытный наблюдатель может правильно судить, имеется ли в таком случае настоящий или развивающийся психоз.

Второй тип — это **параноидный шизофреник**, для которого характерны проецирование и отражение желаний Ид, отражение собственных мыслей в виде голосов и видений (Вер-

²² Отсюда становится понятным, почему так настойчиво и священники и психотерапевты предостерегают от вступления в супружеский союз с шизофреником. Влюбленность затмевает трезвый взгляд на любимого человека. Шизофреник же имеет дело не с реальными людьми, а с проекцией их образов на собственное болезненное сознание. В зависимости от неуправляемого вращения экрана сознания эти образы могут приобретать самую причудливую форму, то непомерно вытягиваясь, то вовсе пропадая, растворяясь в воздухе, то мутнея в виду исчезновения резкости. Спроецированные образы в подсознании шизофреника ведут совершенно самостоятельную жизнь, как правило, кардинально отличающуюся от жизни реальных людей. Поэтому отношение шизофреника к людям может меняться совершенно немотивировано, вне зависимости от их положительных или отрицательных поступков. Внезапные всплески влюбленности могут без видимых причин смениться полным равнодушием. Спроецированные из другого “фильма” заверения о верности и любви вдруг оборачиваются холодностью и даже мстительностью. Участь супруга или супруги шизофреника, тягота семейных будней в свете вышесказанного об этой болезни, с учетом прогрессии заболевания, весьма и весьма плачевна. О судьбе потомства, запечатлевающего шизофреническое поведение одного (а то и двух) родителей, и говорить не стоит...

нее, в контексте христианской антропологии, принятие демонических голосов и видений за собственные — и. Е), а также ощущение повышенной значимости собственной персоны.

Третий тип — кататоник, с задержкой почти всех мышечных движений, со странными изменениями в работе мышц и внезапными приступами гнева.

Четвертый тип, гебефренический, отличается странными поступками и разговорами; больной высказывает ряд фантастических идей с явно сексуальной, а нередко и религиозной окраской.

В старину шизофрению называли “преждевременное безумие,” потому что больной (как предполагалось) должен был в конечном счете впасть в полное безумие, а с точки зрения психиатров того времени такое состояние было преждевременным, поскольку они считали безумие естественным признаком старости.

Теперь мы знаем, что эти пациенты не становятся безумными, хотя после длительной болезни многие из них и могут показаться безумными неопытному наблюдателю.

Кэри сошел с ума. Это значит: 1) что он во многих вопросах не отличал больше правильное от неправильного, и если бы даже различал, то был бы не способен правильно поступать; (2) что он был опасен для себя и для других и мог вызвать публичный скандал; и (3) что он не отвечал за незаконные поступки, которые могли произойти от его психического состояния. Поэтому необходимо было поместить его в больницу под наблюдение опытных врачей, сестер и сиделок, чтобы защитить от него общество и его самого. Сумасшествие, однако, есть лишь юридический термин, не имеющий никакого медицинского значения, хотя многие по-прежнему употребляют его в медицинском смысле. Правильно сказать о Кэри — это сказать, что он был психотик. Для врача, пытавшегося его вылечить, да и для самого Кэри после помещения в больницу было не так уж важно, может ли он отличать правильное от неправильного. Есть немало психотиков, нуждающихся в психиатрическом лечении, хотя они и отличают правильное от неправильного, а к некоторым людям, не умеющим этого делать, должны применяться иные средства, чем психиатрия. Как только обеспечена безопасность общества и пациента, первая забота врача состоит в том, чтобы определить, насколько Ид одержало верх или угрожает одержать верх над Эго...

Психотик — это человек, у которого Эго почти полностью утратило контроль над его Ид (В контексте православной антропологии это определение будет звучать так: “Психотик — это человек, которым полностью управляют страсти”).

Лечение психоза состоит в усилении Эго или уменьшении энергии Ид; если достигается надлежащее равновесие, больному становится лучше. Тогда врач может ему помочь закрепить выздоровление. Все, что серьезно ослабляет Эго, например продолжительная высокая температура или чрезмерное потребление алкоголя, может способствовать возникновению психоза у предрасположенного индивида. Иногда, к счастью, в некоторых случаях, как это было в случае Кэри, выздоровление происходит самопроизвольно, возможно, по той причине, что свободное выражение напряжений Ид во время болезни восстанавливает прежнее равновесие энергии.”

Еще раз о семейном факторе...

Родственники шизофреников отмечают две основные проблемы. Первая связана с психологической отгороженностью. Больные не взаимодействуют с другими членами семьи, они становятся медлительны, не ухаживают за собой, частично или полностью уходят от общения. Вторая связана с более явными нарушениями и социально неприемлемым поведением, беспокойными, странными, расторможенными проявлениями в обществе, угрозой насилия.

Родственники больных оказываются в состоянии тревоги, депрессии, вины, растерянности. Многие не знают, как вести себя при нежелательном и странном поведении больного. Семья раскалывается по принципу более строгого или более лояльного отношения к больному.

Поскольку в процессе впадения человека в шизофрению, как правило, участвует ближайшее окружение, в лечении или пастырской работе с шизофрениками необходимо знакомство с семьей больного и его семейной ситуацией. Вхождение пастыря в тесные душевные отношения с шизофреником могут заместить ему шизофренические отношения с одним из родителей. Со стороны священника здесь необходимо не просто вести себя как один из родителей, ему просто необходимо стать им. Тогда он становится психотическим “другим”²³ (здоровый человек, разделяющий его шизофренический мир) для пасомого, которому приходится сменить свою роль и оказаться здоровым, правильным, антишизофреничным. Такое изменение может помочь человеку стать частично другим, частично измениться ради значимых для него отношений с пастырем. Однако это не решает проблемы отношений с реальным родителем (чаще матерью), которую пастырь заместил на время.

Самое печальное для пастыря, взявшегося за кропотливый труд помощи шизофренику, происходит тогда, когда последний подходит к границам частичного или полного выздоровления. Семья (как правило, мать), даже на расстоянии тысячи километров, интуитивно чувствуя это (Полагаю, не без содействия демонических сил), находит способ забрать его от духовника для того, чтобы обратно ввергнуть в болезнь посредством восстановления внутрисемейных психопатических отношений. Пастырская помощь впадшему в заболевание и отключившемуся от внешнего мира шизофренику требует полной отдачи, и в случае, когда шизофреник опять входит в круг семейных отношений, все кропотливые усилия священника по его возвращению в нормальную жизнь сходят на нет...

Шизофрения — власть демона.

В упомянутой книге Барбары О’Брайен “Необыкновенное путешествие в безумие и обратно” недвусмысленно упоминается о постоянном контакте в процессе болезни с некими *Операторами*. Кто же это такие? Автор, переживший опыт вхождения и выхода из этой болезни, повествует:

“Хотя в специальной литературе все происходящее в процессе шизофрении списывается на помрачение рассудка — “состояние, не отделимое от пациента,” мне все же хочется обратить внимание на некоторые закономерности.

У возникающих в состоянии шизофрении образов есть общие черты: эти образы представляют власть и имеют основание полагать, что иссохший берег сознания будет им повиноваться, они обладают сверхъестественными способностями и поэтому не боятся полицейских и докторов. С их появлением иссохший берег сразу улавливает общую установку: либо ты повинешься, либо тебе будет худо, ибо ни одно живое существо не в силах тебе помочь.

Помню, как-то вечером я заговорила о том, что *Операторам* противостоит Бог. Те на время исчезли и явились с *Мудрецом*, который взялся все объяснить. Не напрасно его так называли, он заморочил мне голову, и вскоре я забыла, с чего на-

²³ Термин, введенный психотерапевтом Карлом Витакером, утверждавшим, что у шизофреника непременно должен быть “другой,” здоровый человек разделяющий его шизофренический мир. Подробнее об этом в разделе “Деятельная любовь как основа пастырской помощи шизофреникам.”

чался разговор. Тем не менее, *Мудрец* достаточно долго толковал на эту тему, объяснив, что еще на заре цивилизации Операторы окружили землю полем из лучей такой мощности, что через него не может проникнуть даже Бог.”²⁴

“Я выслушала их, взвесила все их доводы и решила последовать их указаниям. Быстро собрав чемодан, я села на автобус и последовала за ними. Укатив на автобусе, я благополучно оставила позади массу проблем, справиться с которыми у меня не было никаких сил. Но то, от чего я пыталась уйти в здравом уме, настигло меня в болезни. Со временем я поняла, что изложенная *Операторами* проблема была как раз той проблемой, которую я надеялась оставить позади...”

“При шизофрении весь мыслительный механизм находится под дурманящим воздействием подсознания,²⁵ которое в нормальном состоянии является самым верным помощником сознания. Демон, захвативший власть над вашим подсознанием, становится для вас последней судебной инстанцией. И по тому, с какой энергией этот демон берется за дело, можно легко догадаться, что пощады ждать нечего. Не успели вы перевести дух, как на сцене появляется марсианин или еще что-нибудь в этом роде. Ваше сознание быстренько препровождают в ложу, усаживают с удобствами, и представление начинается. Демон, завладевший подсознанием, он же и режиссер, направляет в сторону сознания легкий ветерок внушения, словно подсказывая: “Верь тому, что слышишь; верь тому, что видишь. Все так и есть, иначе ничего бы не было.”

“Рассказы шизофреников поражают разнообразием видений, в зависимости от одаренности подсознания. Но голоса всегда звучат громко и отчетливо, видимо, для этого подсознанию не нужен особый талант. Итак, должным образом обставив свое появление, демон посредством подсознания приступает к тому, для чего, собственно, и затеян весь спектакль — он начинает давать вам указания.

Даже когда шизофрения достигает полной силы, сознанию все же удается сохранить кое-какие из своих привилегий. Невзирая на всю бутафорию и маскарад, демон все же понимает: чтобы добиться своего, подсознанию нужно уговаривать, улещивать, запугивать сознание... Дорвавшись до власти, чего он только не изобретает, чтобы заморочить вам мозги.”

“Особую ценность моему рассказу об *Операторах* придает тот факт, что я оказалась среди счастливых, которым удалось спонтанно излечиться.”

Приведенное свидетельство имеет особую ценность в силу того, что автор, будучи человеком незнакомым со святоотеческим наследием, свидетельствует о том, о чем святые отцы говорили из глубокого опыта аскетической брани.

²⁴ Из сказанного совершенно очевидным становится источник “гениальных” произведений так называемой научной фантастики, компьютерных игр на спейс — темы, секрет их притягательности. Кроме того, Операторы подтвердили реальность действия “князей воздушных,” “духов злобы поднебесной,” которые действуют в пространстве между Небом и землей. Об этом действительно существующем вокруг земли кольце демонического воздействия неоднократно упоминается и у святых отцов.

²⁵ Вот, кстати, почему шизофреникам крайне противопоказано употребление алкоголя. Выпущенное из-под контроля сознательного Эго подсознание в состоянии алкогольного опьянения окончательно раскрепощается. Последствия этого раскрепощения непредсказуемы для самого факта физического существования большого человека.

Современный православный психиатр Н. Д. Гурьев, размышляя над соотношением клинического и греховного элементов в рассматриваемом нами заболевании, считает, что корни шизофрении находятся в испорченной грехом нравственной природе человека.

“Общепризнанно, что для шизофреника его внутренний мир — ценность огромная настолько, что внешнее имеет гораздо меньшее значение: **не внутреннее приводится в соответствие с объективной реальностью, а окружающее интерпретируется в направлении, угодном миру внутреннему.** Представления и мысли больного шизофренией более значительны для него, чем собственно реальность. Но ведь это — чистейшей воды мечтательность, через которую, по словам святых отцов, как через мостик, в душу проникает множество бесов!

Необычность мышления шизофреников, манерность, переходящая в вычурность, при которой зрители не нужны вообще, прямо-таки кричат о том, что шизофреники считают себя людьми необычными, которых и походка, и мимика, и жестикация должны отличать их от всех остальных хотя бы в собственных глазах.

Самомнение в шизофрениках проявляется различно, но как ни странно, именно оно является причиной бредовых построений. При этом кажется естественным: если человек резко отличается от окружающих в лучшую сторону, в сторону превосходства, то его должны сопровождать явные поклонения и рукоплескания — или скрытые преследования, травля, сводящие на нет плоды успехов (мечтательных).

А самомнение, естественно, влечет за собой своеволие, как один ряд необходимых составляющих шизофренического характера: **мечтательность, своеволие, самомнение.** Уберите хотя бы одно из означенных нравственных качеств, и от болезни останется только плохой характер” (Н. Д. Гурьев. Страсти и их воплощение в соматических и нервно-психических болезнях. Свет Православия, 1998 г).

Ниже мы приводим значение этих трех составляющих в контексте православного аскетического учения, используя тот же источник.

“**Мечтательность** — желание относиться к своим мыслям и образным представлениям, как к заслуживающим большего внимания, чем окружающая действительность. Внешне может проявляться как “задумчивость,” как отсутствие склонности к коллективным развлечением. У таких людей может отмечаться склонность к занятиям или развлечениям, оставляющим большой простор для фантазии, для додумывания: чтение стихов, слушание музыки, изучение различных философских и оккультных систем. Конкретные реальные планы и действия таких людей привлекают мало. Внутренне мечтательность, как правило, сопровождается представлением тех или иных образов, ситуации, в которых мечтательный человек играет совершенно определенную роль. Именно представление себя в определенной роли и мысленное написание целых сценариев могут быть сутью мечтательности с одной стороны, а с другой стороны возможно представление себе ситуаций, в которых мечтатель не играет вообще никакой роли.

В зависимости от того греха или той страсти, к которой больше склоняется человек, меняется и характер его мыслей или образных представлений. Человек злобный может представлять сцены убийств, гибели людей и животных, природных катаклизмов, в которых он не является действующим лицом; а человек мстительный будет представлять себе расправу с действительными или вымышленными врагами; склонный к празднолюбию или развлечениям будет увеселять себя мысленными зрелищами; чревоугодливый — наслаждаться представлением пирогов или размышлениями на кулинарную тему; склонный к

унынию — (или к саможалению) — будет представлять себе безуспешность своих трудов, неудачность дел, свое поражение в любых вопросах.

Таким образом, каждый мысленно услаждается той страстью, которая лично для него привлекательна и приятна, а для другого может казаться отвратительной. Поскольку всякая страсть может равно удовлетворяться как исполнением того, на что она толкает человека, так и сожалением о невозможности служить страсти, мечты могут носить самый разнообразный характер; так, например, человек застенчивый может представлять себе восхищение своим поведением мысленных зрителей или восхищаться им сам, или представлять себе совершенно незаслуженное, (конечно, с его точки зрения), отсутствие восхищения со стороны окружающих. Но во всех трех случаях он беседует со своей страстью, этой беседе с бесами отдает и мысли, и желания, и время, и мысленно восполняет “недостаток” служения страсти в реальной жизни. Независимый может представлять себе свое поведение, при котором окружающая действительность (люди и обстоятельства) совершенно им пренебрегается или отторгается; может представлять себе ситуации, при которых, напротив, все и вся находится от него в полной зависимости; может представлять себе ситуации, в которых он успешно отражает посягательства на его независимость со стороны других людей. Понятно, что данное качество, также как и всякое другое, может сочетаться с еще каким-нибудь грехом, который примет участие в формировании мысленных представлений: независимость и жадность; независимость и тщеславие; независимость и чревоугодие; независимость и блудливость нарисуют в воображении мечтателя совершенно разные картины.

Мечтательность в значительной степени формирует характер человека и его поведение. Например, человек любующийся собой в мечтах, в реальной жизни обнаруживает недоумение и раздражение, когда не встречает любования собой со стороны окружающих. Человек, в мечтах представляющий себя великим, в реальной жизни обнаруживает ни на чем не основанное превосходство перед окружающими, снисходительное к ним отношение, пытается распоряжаться их поведением, поступками, хотя не имеет на это никаких реальных прав. Очень часто мечтательность (т.е. мысли и представления) являются только средством для создания у мечтателя определенного эмоционального состояния. Поэтому, если мечтателю сначала потребно довольно много времени и сил для представления сложных сцен, то по мере развития этой страсти и приобретения в ней навыка, достаточно довольно примитивных образов, которые сразу приводят мечтателя в желаемое эмоциональное состояние. Сложные мысленные образы вырождаются в “мысленную жвачку,” которая свойственна шизофреникам. Для мечтателя типичен, по мере роста страсти, все больший разрыв между его представлениями и реальностью и, как следствие, все большая неадекватность его поведения. Его высказывания, поступки, притязания все меньше и меньше находят основания в действительности и все больше в его мечтах.

По сути своей, мечтательность является “парением мысли,” как говорили Святые отцы, “парением,” при котором мысль выбирает наиболее приятные для мечтателя образы и перебирает их, занимается ими, имеет целью душевное, но ни в коем случае не духовное услаждение, приятность. Противостать мечтательности успешнее всего могут такие добродетели как самоукорение и трезвение. Окружающие могут помочь мечтателю избавиться от этой беды строгостью, суровостью, обличением его несостоятельности.

Мечтательность отличается от осмотрительности, предусмотрительности, осторожности, планирования, расчетливости тем, что перечисленные добродетели, совершаемые мысленно, имеют целью успешное совершение конкретных дел, успешное выполнение своих обязанностей перед Богом и окружающими людьми. В то же время мечтательность не имеет в себе ничего созидающего, она служит только самоуслаждению, которое часто принимает извращенные формы. А в случае сочетания с унынием, безнадежностью, отчаянием приводит к смерти не только душевной, но и телесной посредством самоубийства.

Мечтательность может сопровождаться медлительностью речи и движений, поскольку все внимание и желание отдано мысленному, и реальные раздражители не сразу воспринимаются человеком (ступор, субступор).

Подчиняясь общему закону роста развития страстей, мечтательность занимает сначала времени, а в последующем охватывает человека целиком.

Своеволие — желание поступать по своей личной воле. При этом предполагается, что своя воля должна отличаться от воли других людей, должна быть на нее непохожей. В связи с этим, поскольку воля находит свое воплощение в словах и поступках человека, своевольный ищет возможность подчеркнуть, что он действует по своей воле, выбирая те формулировки и поступки, которые обнаруживают ее отличие от воли других людей. Так, например, ищут необычности поведения больные шизофренией, для формирования которой наличие своеволия является обязательным.

В тех случаях, когда это качество не дошло до уровня страсти, своеволие проявляется в поисках оригинальных решений любого вопроса, и на следовании этим решениям своевольный человек настаивает даже в том случае, если они требуют больше усилий и времени и при этом приводят не к лучшему результату, чем общепринятые действия. В душе человека своеволие рождает ощущение собственной необычности, отличности от других людей, подтверждения чему своевольный постоянно ищет и что со временем приводит к ощущению отделенности, отчужденности от других людей. Своеволие не так заметно, как жадность или осуждение, но с большей силой разрушает любовь: “Я не лучше других, я не имею превосходства над ними, но я не такой, как они, и у меня нет с ними ничего общего.” Схематично своеволие, очевидно, занимает на древе греха место среди качеств, которые можно объединить одним понятием “самости.” “Самость” объединяет грехи в себе, если так можно выразиться, третьего поколения, как-то: самосожаление, самолюбование, самозаботливость, самоугодливость, самооправдание и им подобные.

Своеволие участвует как обязательный, но не единственный фактор формирования шизофрении, и может приводить к вычурности (необыкновенности) мимики, жестикуляции, высказываний и поступков. Некоторое значение оно играет и в формировании бредовых представлений больного, что легко объяснимо: необычный человек естественно должен привлекать к себе внимание окружающих, а это внимание, само собой разумеется, должно принимать необычные формы. Таким образом, идеи величия или преследования являются результатом ощущения больным собственной необычности и желательны для него, поскольку позволяют, хотя бы мысленно, удовлетворять описываемому качеству.

Естественно противостоит своеволию — послушание, и оно же им наиболее отвергается. К оправданию перед людьми своевольный прибегает крайне редко, а сам себе объясняет собственную необычность особой одаренностью, гениальностью. Обратной стороной своеволия, видимо, можно считать податливость, которая легче обнаруживается в тех случаях, когда предлагаемое другими людьми ординарное решение резко оттеняет необычность поведения своевольного человека в данной конкретной ситуации в его собственных глазах.

Своеволие часто сопровождается мучительными сомнениями, бездеятельностью в повседневной жизни, в обычных делах, которые слишком банальны, чтобы своевольный ими занимался. В связи с чувством отчужденности, которое испытывает своевольный и которое ощущается окружающими людьми и воспринимается ими как свое собственное отношение, своевольный обычно не имеет совсем, или имеет очень ограниченное количество людей, которых можно назвать близкими, поскольку люди отчуждаются от него, “отражая” его собственное настроение. При этом имеющиеся контакты с людьми чаще всего носят формальный характер и вызываются внешними потребностями. Единственно с кем легко (относительно) находит контакт своевольный, — это подобострастные ему люди (с подобной, такой же страстью). Своевольный может вынужденно, подчиняясь обстоятельствам, следовать обычному ходу жизни, может подчиняться чьей-то воле, но внутренне ни-

когда с этим не соглашается и как только представляется возможность, ведет себя “по-своему.”

Самомнение — желание самому, чаще всего достаточно лестно, оценивать себя, не обращая внимания на мнение окружающих и результаты своей жизни.”

Существующие в святоотеческой литературе понятия “мнение” и “прелесть” по внешним проявлениям в значительной мере напоминают острый шизофренический синдром.²⁶ Однако, от известных по клиническим описаниям случаев эти проявления отличаются, по-видимому, наличием религиозно-мистического (демонического) мира уже не как бредовой структуры, а как реальности его личного присутствия в психическом мире человека.

Превосходнейшее описание проявлений духовной прелести дано у Святителя Игнатия Брянчанинова в I томе его сочинений в главе “О прелести” (Святитель Игнатий Брянчанинов. Том первый. Аскетические Опыты, стр. 230). Святитель указывает, что всякий человек в некоторой своей части подвержен прелести, которая, воздействуя на образ мысли, извращает их, сообщая сердцу искаженные ощущения, овладев сущностью человека, разливается на всю действительность его, отравляет самое тело, ввергая все существо человека в состояние гибели.

“Со времен падения человека диавол получил к нему постоянно свободный доступ, — пишет Святитель Игнатий. — Последующий свое воле и разуму, подчиняется врагу, и из состояния самообольщения переходит к состоянию бесовской прелести, теряет остаток свободы и вступает в полное подчинение диаволу.”

Далее, Святитель Игнатий, ссылаясь на преп. Григория Синаита, указывает, что в состояние прелести впадает тот, кто мечтает самочинно достигнуть высоких молитвенных состояний. Налицо все три составляющих прелести: самомнение, своеволие и мечтательность.

По словам преп. Симеона Нового Богослова, таковой, все более удаляясь от истины в область прелести,

“видит свет и сияние телесными очами (Зрительные галлюцинации), обоняет благовония обонянием своим.²⁷ Одни из них возбесновались и переходили с поврежденными умом с места на место; другие приняли беса, преобразившегося в Ангела светлого, прельстились и пребыли неисправленными даже до конца, не принимая совета ни от кого из братии (Фактор шизофренической отгороженности, аутированности и самомнения); иные из них, подушаемые диаволом, убили сами себя; иные низверглись в пропасти; иные удавились (Суицидальные проявления как итог принятой от демонических сил картины мира).

“Никак не прими, — говорит преп. Григорий Синаит, предупреждая безрассудных подвижников от впадения в упомянутое прелестно-шизофреническое состояние, — если увидишь что либо чувственными очами или умом, вне или внутри тебя, будет ли то образ Христа, или Ангела, или какого Святого, или если представится тебе свет... Будь внимателен и осторожен! Не позволяй себе доверять чему-либо, не вырази сочувствия и согласия, не вверься поспешно явлению, хотя бы оно было истинное и благое, пребывай хладным к нему и чуждым, постоянно сохраняя

²⁶ Не в общепотребимом для каждого человека контексте понятий “прелести” и “мнения,” а в крайних их проявлениях, описанных в житийной и аскетической литературе.

²⁷ Кинестетические галлюцинации), слышит гласы ушами своими — Звуковые галлюцинации. Предположительно, каждый из видов галлюцинаций возникает в зависимости от особенностей структуры человека, т.е. какая из систем восприятия является для человека доминантной: способность к “слышу,” “вижу” или “чувствую.”

ум твой безвидным, не составляющим из себя никакого изображения и не запечатленным никаким изображением. Увидевший что-либо в мысли или чувственно, хотя бы то было и от Бога, и принимающий поспешно, удобно впадает в прелесть, по крайней мере, обнаруживает свою склонность и способность к прелести, как принимающий явления скоро и легкомысленно.

Бог не прогневается на того, кто, опасаясь прелести, с крайней осмотрительностью наблюдает за собой, если он и не примет чего посланного от Бога, не рассмотрев посланное со всей тщательностью; напротив того, Бог похвалит такого за его благоразумие.”

“При противоположном поведении, — пишет далее Святитель Игнатий, — преподобные Исаакий и Никита Печерские, новые и неопытные в отшельнической жизни, подверглись ужаснейшему бедствию, опрометчиво вверившись представившемуся им привидению. Первому явилось множество демонов в сиянии: один из демонов принял вид Христа, прочие — вид святых Ангелов. Второго обольстил демон сперва благоуханием и гласом, как бы Божиим, потом представ ему очевидно в виде Ангела.”

“Второго рода прелесть — собственно “мнение” — действует без сочинения обольстительных картин: она довольствуется сочинением поддельных благодатных ощущений и состояний, из которых рождается ложное, превратное понятие о всем вообще духовном подвиге. Находящийся в прелести “мнения” получает ложное воззрение на все, окружающее его. Он обманут и внутри себя и извне. Мечтательность сильно действует в обольщенных “мнением,” но действует исключительно в области отвлеченного. Она или вовсе не занимается, или занимается редко живописью в воображении рая, горних обителей и чертогов, небесного света и благоухания, Христа, Ангелов и Святых; она постоянно сочиняет мнимые духовные состояния, тесное дружество со Иисусом, внутреннюю беседу с Ним, таинственные откровения, гласы, наслаждения, строит на них ложное понятие о себе и о христианском подвиге, создает вообще образ мыслей и ложное настроение сердца, что приводит его то в упоение собою, то в разгорячение и восторженность.

Эти разнообразные ощущения являются от действия утонченных тщеславия и сладострастия: от этого действия кровь получает греховное, обольстительное движение, представляющееся благодатным наслаждением. Тщеславие же и сладострастие возбуждаются высокоумием, этим неразлучным спутником “мнения.”

Ужасная гордость, подобная гордости демонов, составляет господствующее качество усвоивших себе ту и другую прелесть.

Обольщенных первым видом прелести гордость приводит в состояние явного умоисступления; в обольщенных вторым видом она, также производя умоповреждение, названное в Писании растлением ума, менее приметна, облекается в личину смирения, набожности, мудрости, — познается по горьким плодам своим. Зараженные “мнением” о достоинствах своих, особенно о святости своей, способны и готовы на все козни, на всякое лицемерие, лукавство и обман, на все злодеяния. Непримиримою враждою дышат они против служителей истины, с неистовою ненавистью устремляются на них, когда они не признают в прельщенных состояния, приписываемого им и выставляемого на позор слепотствующему миру мнению**.”

“Мнящий о себе, что он бесстрастен, никогда не очистится от страстей; мнящий о себе, что он исполнен благодати, никогда не получит благодати; мнящий о

себе, что он свят, никогда не достигнет святости. Просто сказать: приписывающий себе духовные дела, добродетели, достоинства, благодатные дары, лстящий себя и потешающий себя “мнением,” заграждает этим “мнением” вход в себя и духовным деланиям, и христианским добродетелям и Божественной благодати,— открывает широко вход греховной заразе и демонам. Уже нет никакой способности к духовному преуспеянию в зараженных “мнением”: они уничтожили эту способность, принеся на алтарь лжи самые начала деятельности человека и его спасения — понятия об истине. Необыкновенная напыщенность является в недугующих этой прелестью: они как бы упоены собою, своим состоянием самообольщения, видя в нем состояние благодатное. Они пропитаны, преисполнены высокоумием и гордостью, представляясь впрочем смиренными для многих, судящих по лицу, не могущих оценивать по плодам, как заповедал Спаситель, тем менее по духовному чувству, о котором упоминает Апостол.”

К категории прельщенных и ввергнутых доверием к демонам в шизофреническое состояние людей можно отнести чиновника, о котором пишет Святитель Игнатий в цитируемой выше главе “О прелести”:

“Чиновник начал рассказывать о своих видениях, — что он постоянно видит при молитве свет от икон, слышит благоухание, чувствует во рту необыкновенную сладость и так далее.

Монах, выслушав этот рассказ, спросил чиновника: “Не приходила ли вам мысль убить себя?” — “Как же,” — отвечал чиновник: “я уже было кинулся в Фонтанку, да меня вытащили.” Оказалось, что чиновник употреблял свой, особый образ молитвы, разгорячал воображение и кровь; причем такой человек делается очень способным к усиленному посту и бдению. К состоянию самообольщения, избранному произвольно, диавол присоединил свое, сродное этому состоянию действие,— и человеческое самообольщение перешло в явную бесовскую прелесть. Чиновник видел свет телесными очами: благоухание и сладость, которые он ощущал, — были также чувственными.”

Духовное окормление верующих людей, перешедших от самомнения и мечтательности в шизофреническое состояние прелести, крайне осложняется тем, что необычность своего мировосприятия, своих действий и поступков они объясняют “действием благодати,” особым, только им “и лишь некоторым святым” открытым духовным опытом.

Из пастырской практики известны случаи, когда подобные пасомые, прочитав о шизофрении в научно-популярных источниках, все же признавали ее наличие у себя, однако сознательно отказывались от работы над этой проблемой, мотивируя это тем, что “многие святые, — выходит, — были шизофрениками” (Цитирую буквально сказанные слова — авт). Попытки объяснить больному, что не всякое видение духовных реалий мира демонического является проявлением психоболести, но только то видение, которое принимается сознанием, и включается вследствие этого принятия, в собственную систему мировоззрения и мироощущения, — их не разубеждают.²⁸ Некоторые больные оказываются неспособными

²⁸ Демоны, по учению святых отцов, никогда не говорят правды, следовательно, принятие тех или иных картин, звуков, ощущений, происходящее от сил демонических, ни в коем случае нельзя принимать как проявления открывшегося “духовного мира,” хотя это и доказывает реальность его существования. Поэтому весьма настораживает издание многочисленных “руководств по демонологии” (например бестселлера “Козни бесовские”), книг, которые дают издателям колосс-

осознать эту расколотость и считают ее нормальными проявлениями своего цельного “Я,” несмотря на попытки разных доверенных людей выправить их отношение и поведение.

“Монах начал уговаривать чиновника, — читаем далее у Святителя Игнатия, — чтоб он оставил употребляемый им способ молитвы, объясняя и неправильность способа и неправильность состояния, доставляемого способом. С ожесточением воспротивился чиновник совету. “Как отказаться мне от явной благодати?” — возражал он.”

И действительно, прельщенные, по словам Святителя Игнатия,

“исполнены безрассудной гордости, желания и стремления видеть духовные явления умом не очищенным от страстей, не обновленным и не воссозданным десницею Святого Духа: исполнены такой же гордости и безрассудства желание и стремление сердца насладиться ощущениями святыми, духовными, Божественными, когда оно еще вовсе не способно для таких наслаждений. Как ум нечистый, желая видеть Божественные видения и не имея возможности видеть их, сочиняет сам для себя видения, ими обманывает себя и оболыщает: так и сердце, усиливаясь вкушать Божественную сладость и другие Божественные ощущения, и не находя их в себе, сочиняет их из себя, ими льстит себе, оболыщает, обманывает, губит себя, входя в область лжи, в общение с бесами, подчиняясь их влиянию, поработываясь их власти.”

Внешний вид человека, у которого шизофрения умножила злокачественные проявления религиозности, весьма плачевен. Святитель Игнатий пишет о них:

“Находящиеся в бесовской прелести возбуждают к себе сожаление, как не принадлежащие себе и находящиеся, по уму и сердцу, в плену у лукавого, отверженного духа. Представляют они собою и смешное зрелище: посмеянию предаются они овладевшим им лукавым духом, который привлек их в состояние уничижения, оболытив тщеславием и высокоумием. Ни плена своего, ни странности поведения прельщенные не понимают, сколько бы ни были очевидными для всех этот плен, эта странность поведения.”

В древности неременным условием возрастания в духовном подвиге было послушание духовно опытному старцу, который зорко следил за душевным состоянием людей, предрасположенным к подобным состоянием, внимательно наблюдая за теми из монашествующих и мирян, кто занимаясь духовной жизнью, начинал проявлять неадекватность в поступках и интеллектуальных построениях.

“Опытные в монашеской жизни иноки, истинно святые иноки, гораздо более опасаются прелести, гораздо более не доверяют себе, нежели новоначальные, особенно те из новоначальных, которые объаты разгорячением к подвигу.”

сальные доходы (кому же не интересно, чего же бояться демоны больше всего?), но ввергают читателей в бездну демоническо-шизофренического мира, научая доверию демоническим свидетельствам как таковым? И нуждается ли святоотеческое учение о падших духах в дополнениях свидетельствами с “черного хода.”

В значительной части современных монастырей новопришедшие послушники оказываются вне духовного окормления, предоставленные в своем подвижничестве собственному уразумению, основанному на субъективном, основанном на кровавом разгорячении, прочтении святоотеческой и житийной литературы. Неправильное прохождение самосочиненного подвига молитвы и умного делания очень часто приводит таковых к психическим отклонениям.

Деятельная любовь как основа пастырской помощи шизофреникам.

В психотерапии, как и в пастырском делании, помощь для выхода из болезненного состояния возможна только *путем деятельного проявления любви* к больному со стороны терапевта (в нашем случае — пастыря), только благодаря сжогдению вслед за человеком, (по выражению митрополита Антония Сурожского,) “в глубины его внутреннего ада.” Но именно сближения, близости, которая кажется ему ужасом зависимости, порабощения, потери себя, боится шизофреник. Именно как следствие прогрессирующего заболевания так решительно и безжалостно он рвет все ранее существовавшие более или менее близкие отнoшения и связи со значимыми людьми, сознательно вытесняя из памяти и сердца любое из положительных воспоминаний этих отношений.

Пастырю, взявшемуся за помощь больному шизофренией, важно понять и включиться в мир его переживаний. В понятие этого мира мы вкладываем все то, что больной чувствует, что является содержанием его прошлого, будущего и настоящего, что иногда является интимным переживанием, скрываемым от внешнего мира и даже от самого себя, и имеет собственную, своеобразную для больного тематику, структуру и колорит.

Можно попытаться воссоздать этот внутренний мир на основе частичных сведений, полученных от него и о нем. Это — сообщения от окружающих, его собственные высказывания, наблюдения его поведения и, особенно его чувственных реакций. При этом нередко мы вынуждены пользоваться интерполяцией, т.е. из отдельных фрагментов конструировать определенную целостность, не забывая, однако, о том, что наша интерполяция может быть неадекватной и что при дальнейших контактах с больным ее, возможно, придется изменять.

Чтобы проникнуть в мир переживаний больного, необходимо прежде всего завоевать его доверие. Пастырь должен быть для больного тем человеком, перед которым он может безбоязненно раскрыться, который не будет его ни осуждать, ни порицать.

Этот контакт представляет собой нечто особенное и в общем не так часто встречаемое в обычном общении между разными лицами. Своеобразие его для пастыря заключается, пожалуй, в погружении во внутренний мир больного и желании облегчить его страдания, а со стороны пасомого — в чувстве безопасности, которое вызывает в нем священник. Понимание другого человека лежит не только в интеллектуальной плоскости, быть может чувственная плоскость даже важнее. Больной, пришедший за помощью к пастырю, должен стать для него кем-то близким.

Американский психотерапевт Карл Витакер (1912-1995), более 20 лет проработавший в области семейной терапии, в том числе и с семьями шизофреников, повествует о своей работе так:

“Многим нетерапевтам, психотерапия представляется очень интенсивным, крайне интимным и наполненным любовью процессом. Некоторые психотерапевты все время спрашивают себя: “Не слишком ли я соблазняю? Не надо ли стать объективнее, холоднее, увеличить дистанцию? Не наврежу ли я пациенту вместо того, чтобы помочь?” В сущности, они по-

вторяют избитую фразу: “Одной любви недостаточно.” А не лучше ли сказать: “Не бывает достаточно любви”?

Предположив, что психотерапия — это в широком смысле слова процесс любви, спросим себя, что же значит достаточно любви? Что же такое любовь в этом техническом и профессиональном смысле? Попробуем классифицировать любовь.

Самый простой уровень — когда любовью называют социальное удовольствие, **радость находиться рядом с другим человеком** — игра, работа или драка. Это игра общения людей между собой.

На более глубоком уровне можно сказать, что любить — значит **становиться самим собой, делая что-то для других**. Некоторые виды психотерапии попадают в эту категорию. Муж любит и зарабатывает деньги для семьи; жена любит и готовит еду; психотерапевт любит, внимательно слушая пациента и заботясь о нем. Такая любовь может испортиться, даже любовь, основанная на биологическом базисе. Образцовая мать совершает поступки любви вместо того, чтобы быть такой, какая она есть.

На третьем уровне можно определить любовь как эмоциональный **союз двоих людей, дающий чувство совершенства или полноты**. Любовь помогает избавиться от раздвоенности самосознания и вступить в контакт со своим “Я.” Она включает в себя единение, а потому и способствует индивидуации. Такой парадокс свойственен развивающемуся браку.

Или можно сказать, что любовь — это **состояние, в котором ты можешь в большей мере быть с самим собой благодаря другому человеку, тоже пребывающему с самим собой**. Старое определение слова *друг* говорит: друг — это тот, с кем вместе ты можешь быть один. Так твое бытие усиливается бытием другого.

Достаточно ли такой классификации для терапевта? Или есть еще и другие уровни? Возможно, более глубокий уровень в психотерапии — это уровень идентификации. Вот я сижу за столом и смотрю на пациента передо мной и вижу **самого себя**. Это не просто соединение людей, это **процесс внутриспсихического соединения моего “Я” с другим**. Глядя на пациента, я могу увидеть себя в далеком прошлом... Я могу идентифицироваться с ним или потому что наши стили жизни похожи, или во мне возникает резонанс с его характером, напоминающий мой собственный. И такая идентификация помогает мне глубже погрузиться в ситуацию.

Но существует и еще более интенсивный вид любви. Когда я лечу шизофреника, то должен сначала идентифицироваться с ним. Думаю, что такая идентификация обладает качествами глубокого переноса. В результате внутри себя я очень похож на его мать,²⁹ (или другим человеком, ввергнувшим его в болезнь) а в его внутренних переживаниях занимаю ее место. Если это так, то нужно создавать двойную связь, как это делала она, опутывая его сетью взаимно противоречащих сообщений и жестко не позволяя убежать от всего этого. В результате он оказывается в тюрьме неуверенности, отрицания самого себя и сильнейшей зависимости от меня. Может возникнуть безнадежный тупик. Но, если терапия с пациентом-шизофреником осуществляется успешно, он тоже связывает двойной связью меня — так же, как делал это со своей матерью.

Мы образуем интересную парочку, где каждый может поймать другого и ввергнуть его в состояние неуверенности, нерешительности и беспомощности перед своей жизнью. Если терапия идет успешно, то логично предположить, что наши отношения воспроизводят его отношения с матерью. Если такого пациента “ввести в здравый ум,” мать часто сходит с ума. Он выписывается из госпиталя, а мать попадает туда. Такие пациенты доказывают, что для безумия нужны два человека. Лучше он сам сойдет с ума, чем позволит сойти с ума матери. То же самое, возможно, происходит между ним и терапевтом. В их симбиоти-

²⁹ Или со значимым другим человеком, ввергнувшим человека в болезнь.

ческом союзе каждый может свести с ума другого. Когда один сумасшедший — другой нормален. Сумасшедший пациент — в психушке, а его нормальная мать правит миром.

Запертые в наших взаимоотношениях, мы с пациентом по очереди занимаем позицию власти. Но, в отличие от его матери, я не боюсь сумасшествия. **Я желаю его.** И так, мы тесно связаны друг с другом: я был нормальным, а он ненормальным, а затем я сознательно переворачиваю ситуацию и становлюсь сумасшедшим — тогда он вынужден стать нормальным. Если парадигма верна, можно сказать, что в этот момент у нас появилась возможность любить друг друга. Тогда каждый из нас будет обладать равной властью, каждый свободен быть нормальным или безумным в наших взаимоотношениях. Я предполагаю, что пациенту для выздоровления нужна возможность быть сначала своим сумасшедшим “Я,” а затем — своим здоровым “Я,” все меньше вовлекая в этот процесс других людей.”

Самоубийство — логическое завершение демонической власти над человеком.

Важной особенностью работы с шизофрениками, о которой мы ранее не упомянули, является их склонность к самоубийству — логическому завершению жизни того, кто разрушал себя социально, психологически, эмоционально и экономически. Еще одна цитата из Карла Витакера:

“Суицидальными мыслями и попытками чревато и такое состояние, когда человек выходит из полного отчаяния. Тот, кто пребывал в глубокой депрессии, а потом начинает из нее выкарабкиваться, сталкивается с ужасным напряжением из-за того, что необходимо коренным образом менять свою жизнь. **И под этим гнетом он может решить, что проще убить себя, чем прилагать невозможные усилия, пытаться перестроить свою жизнь.** Человек спускается в глубины своей психики и борется со своим безумием, с чувством бессилия и никчемности, со страхом смерти, с потерей уважения к себе вследствие кошмарного открытия, что он почти не личность. Рискнув так глубоко погрузиться, он сталкивается с непосильной задачей — переменить свою личность. И решает, что бороться не стоит. И тогда он находит силы разрушить себя.”

Поэтому выводить человека к границам придавленного сознательного “Я,” открывать ему страшную правду о его состоянии нужно предельно осторожно, постепенно, с осознанием ответственности за каждое слово, которое, в случае “передозировки информации,” может оказаться роковым.

Об энергетическом обеспечении шизофрении.

Следует, наконец, упомянуть об “энергетическом обеспечении” шизофрении. Отключение больного посредством полного доверия и послушания духовнику, взявшему на себя попечение о нем, посредством глубокой исповеди и причащения Святых Христовых Тайн от “энергетических ресурсов,” которые обеспечивают демонические силы, может на несколько дней или недель полностью обессилить человека, что будет свидетельствовать о начале освобождения подлинного “Я” от власти инородных сущностей.

Когда посредством кропотливой духовной работы становится все более осязаемым момент приближения к ресурсам подлинного “Я,” человек может ощутить состояние полного обессиления. Это ощущение может свидетельствовать о медленном начале восста-

новления самостоятельных душевных сил человека. Но и здесь рано праздновать победу. Западение обратно в болезнь может произойти и в самом процессе выхода из нее, и даже после наступления на несколько месяцев или даже лет стабилизации душевного здоровья. Смирение пасомого со своей пожизненно больной участью — вот наиболее надежная страховка для него.

Ошибки и опасности при пастырской работе с шизофреником.

Решиться на подобную работу с шизофреником может редкий психотерапевт, не говоря уже о священнике. Не каждый пожелает и осилит, подобно выше процитированному автору, спуск до уровня сумасшествия для того, чтобы вытащить оттуда своего пасомого, свое “зablудшее овца.” К сожалению, чаще всего случается так: подделку пастыря под язык, ритм, смыслы шизофреника последний воспринимает или как ненормальность пастыря, который перестает быть для него авторитетом и значимой личностью, или же как подтверждение собственной нормальности.

Пастырь, решившийся на подобную работу, должен быть заранее готов принять поражение. Поединок неравен. У демонов много тысяч лет практического опыта “работы с людьми.”

Следует помнить, что пастырской работе с шизофрениками необходима не только самоотверженность, но и определенное количество психиатрических знаний и психотерапевтического опыта. Тем более, что редкий шизофреник решится на полное доверие — смелость рискнуть стать ранимым и беззащитным перед пастырем и до конца нести последствия этого решения.

Практические ошибки пастыря, вплоть до контрпереноса, и как итог — невозможность “выйти из больного,” преодолеть болезненную отождествленность с ним, могут восприниматься больным с торжеством и ликованием. Однако пастырь не должен обвинять себя в случае, если прилагаемые усилия себя не оправдают. Тем более, он не ответственен за развязку психопатических отношений в семье шизофреника (или в кругу его друзей, если речь идет о “групповой” шизофрении), вне которой почти бессмысленно рассматривать проблему его выхода из болезни. Не ответственен не столько потому, что семья, как правило, не просит его об этом, сколько потому, что она не соглашается на выздоровление, создавая условия для возвращения больного домой из клиники, монастыря, из-под опеки духовника.

Олеся Николаева в своей замечательной книге “Современная культура и Православие” пишет:

“Психоаналитиками было открыто мифоритуальное строение шизофренического бредаобразования, которое они рассматривали как безотказный механизм самозащиты в условиях расщепленного сознания и онтологической опасности, возникающей при утрате веры в Воскресшего Христа и разрыве с Живым Богом. Врачи полагают, что эта структура создается не хаотично, а под контролем целой иерархии самообразующихся планов, “перекодирующих физиологические нарушения на язык бреда,” и являет собой средство адаптации и овладения угрожающей ситуацией “путем придания ей особого воображаемого смысла” (Олеся Николаева, “Современная культура и Православие,” стр. 111-112).

Смеем надеяться, что изложенный материал поможет священнику, в попечении которого окажется пасомый с этим заболеванием, сориентироваться и застраховать себя и свою

паству от разрушительного воздействия того, что даже неверующие психотерапевты справедливо называют “властью демона.”

Пастырская поддержка родственников душевнобольных.

Душевная болезнь наибольшую скорбь приносит родственникам больных людей. Многие из них чувствуют себя оставленными наедине со своими проблемами, покинутыми, не имеющими путеводной нити, лишенными помощи в разрешении трудностей.

В то время как другие удары судьбы, например, смерть близкого человека, вызывают сочувствие и соучастие, в случае возникновения душевной болезни дело обстоит иначе. Люди отшатываются от семьи, в которой стряслось такое несчастье.

Какую глубокую мудрость, такт, сочувствие необходимо иметь пастырю, чтобы утешить, ободрить и поддержать близких больного, избежать излишнего морализаторства и болезненно ранящего в таких случаях фантазирования на тему “за какой-то грех это попущено,” найти благоразумные и трезвые слова, предназначенные для этого случая.

Примером такого утешения может служить одно из писем Святителя Игнатия Брянчанинова, в котором он утешает родственников душевнобольной женщины.

“Неведомым судьбам Божиим нужно покоряться! Жалею бедную Д. Больных такого рода необходимо держать вдали от родственников и от всех тех, к которым они близки во время обыкновенного своего состояния.

Когда был в подобном состоянии К., то ярость его возбуждалась наиболее против жены и родственников, коих он особенно горячо любил в здравом состоянии...

О случившемся искушении Вам не должно скорбеть, но отдаваться на волю Божию, которая спасает всех спасаемых многоразличными скорбями. Попущенное умопомешательство попущено ей на пользу, да дух ее спасется. Предоставьте ее Богу. Относительно всего, что бы она ни говорила и ни делала в своем припадке, Вам не обращать никакого внимания, и не должно принимать к сердцу никаких ее слов и дел, потому что все производилось и делалось ею Вне рассудка. Потому именно от таких больных отделяют всех их родственников и близких сердцу, что сумасшедший должен быть управляем холодным рассудком и холодным сердцем, чего не в состоянии вынести лица, имеющие сердечное расположение к больному.

Когда возле нас жил К. в состоянии помешательства и некоторое время еще позволено было родным приезжать к нему,— то после каждого приезда ему делалось хуже, потому что они все хотели его урезонить и смягчить. Бывший тут доктор из сумасшедшего дома говорил мне о действиях родственников: “Странные люди! Хотят больного урезонить, между тем как болезнь его и состоит в том, что он лишен здравого смысла.” К. хватался за нож, намереваясь пронзить им жену и себя, высказывая против нее величайшие неудовольствия, между тем как в здравом состоянии он питал к ней величайшее расположение.

Вот как надо рассуждать о больных такого рода. П. А. я советовал никак не видеться с сестрою, доколе она не выздоровеет. Я имею письмо от Д. от 24-го сентября, из которого можно понимать причину случившуюся с нею болезни.

Также не должно смущаться, что некоторые смутились словами и действиями Д. во время ее сумасшествия, и находили им причину по своему умозаключению, а не по опытам науки, совсем иначе смотрящей на эту болезнь и ее действия. Если Бог дарует Д. выздоро-

веть, то она будет к Вам еще более в близких отношениях. То, что она Вас поносила в сумасшествии, есть верный признак ее преданности Вам. Вам не должно скорбеть на тех, которые соблазнились положением Д., произнесли о Вас какое невыгодное слово. Это от неведения и по попущению Промысла Божия, как видно, усматривающего, что Вам нужно смирение и очищение при посредстве человеческого бесчестия. Любовь имейте и мир со всеми и с оскорбляющими Вас, без чего невозможно иметь духовного преуспеяния. Воздайте славословие Богу за все случившееся и предайте себя воле Божией.

Бог да утешит Вас в постигшей скорби. Волос с головы нашей не падает без воли Его! Иначе взирает мир на приключения с человеками, и иначе Бог. Видим, что св. Нифонт Епископ четыре года страдал умоисступлением, св. Исаакий и Никита (который был впоследствии святителем Новгорода) долго страдали умоповреждением. Некоторый св. пустынножитель — упоминает об этом событии Сульпиций, писатель IV века, в рассказе Пустоминиана, путешествующего по монастырям Востока, — творивший множество знамений и заметивший от этого возникшую гордость, молил Бога, чтобы для уничтожения славы человеческой попущено было ему умоповреждение и явное беснование, которые и попустил Господь смиренному рабу Своему.

Веруем, что без воли Божией не может к нам приблизиться никакая скорбь; всякую скорбь, как приходящую от руки Божией, приемлем с благоговейною покорностью воле Божией, с благодарением, славословием всеблагото Бога, непостижимого в путях Его, дивного во всех делах Его.”

Что же можно посоветовать родственникам в их подходе к больному во время кризисных ситуаций? Здесь не может быть однозначного ответа. Тактика поведения может быть различной, в зависимости от того, кризисная стадия или стадия заболевания протекающая мягко проявляется в каждый конкретный момент.

Что делать при остром приступе душевной болезни.

Отдельные душевнобольные неожиданно становятся опасными для самих себя, иногда предпринимают попытку самоубийства под влиянием “голосов” (При шизофрении). Другие больные угрожают окружающим, нередко из-за переживаемых ими идей преследования, нападая, якобы, с целью самообороны. Кризисным следует считать случай, когда больной проявляет агрессию, стремится к нападению или самоубийству. Часто такие ситуации наступают тогда, когда больной находится в состоянии спутанности, возбужден или впадает в оцепенение, переживая как бы сон наяву, и не осмысливает своих действий.

В таких случаях необходимо прежде всего кратко призвать Божию и исполниться внутренней уверенностью в уповании на то, что все, что происходит, так же как и исход происходящего — в руках Его всемогущего Промысла.

Затем немедленно вызвать врача.

Если врач почему-либо запаздывает, а больной проявляет опасные для себя и для других действия, необходимо применить физическую силу. Для близкого человека, тем более верующего, повод для серьезных колебаний и раздумий представляет собой ситуация, в которой необходимо применить физическое насилие над психически больным человеком, действия которого представляют опасность для него и для окружающих. Здесь необходима твердость и решительность, оправданная и святыми отцами в подобных ситуациях.³⁰ Промедление может стоить одной или нескольких жизней.

³⁰ “Многие благоразумные больные, сознавая свою робость и немощь, умоляли врачей связать себя, хотя бы врачи того и не хотели, и в произвольном насилии лечить их” (преп. Иоанн Лествичник).

Включение в ситуацию врача (домашнего доктора или врача скорой помощи) имеет то преимущество, что частично освобождает родственников от ответственности за правильный исход ситуации.

Обращение к посторонней помощи правомерно тогда, когда родственники не в состоянии помочь больному сами. Действенная помощь, оказывают ли ее близкие, врач или другой персонал, возможна только при условии, что она не скована неуверенностью или страхом перед больным.

Иногда присутствие знакомых, соседей или друзей помогает близким больного обрести чувство уверенности. Особенно нуждаются в помощи и поддержке в крайних ситуациях одинокие родители больного.

О поведении родственников при затяжных душевных болезнях.

В этом случае родственникам больных нужна постоянная поддержка, постоянная помощь Божия. Частое причащение и исповедь, поддержка духовника, контроль своего состояния в общении с другими людьми³¹ — вот направления внутренней работы, на которые родственнику больного нужно обратить особое внимание.

На временную или пожизненную госпитализацию психически больного родственника необходимо испросить благословения духовника, хорошо знающего вашу семейную ситуацию. Также необходимо постоянно поддерживать связь с лечащим врачом больного, не стесняясь быть излишне навязчивым, консультировать с ним по каждому волнующему поводу.

Всеми силами нужно стараться не потерять на длительное время собственный ритм жизни из-за болезни близкого человека. Необходимо, по возможности, сохранить свои дружеские связи и привычным образом исполнять свои обязанности вне дома.

Даже тогда, когда родственникам очень трудно оставить больного на время одного, преодоление возникающих при этом опасений оказывается полезным для обеих сторон. При всей готовности к компромиссам не следует существенно нарушать привычный жизненный ритм и распорядок дня семьи (например, время еды, сна, уборки, гигиенических процедур). Порядок внешней жизни должно противопоставить хаосу внутреннего мира больного.

Главную проблему для близких душевнобольных составляют отнюдь не кризисные ситуации. В значительно большей степени это относится к трудностям в связи с затяжными расстройствами (так называемыми негативными симптомами — пассивностью больного, замкнутостью, причудами). Но нельзя сказать, что эти расстройства, в большей или меньшей степени осложняющие совместное повседневное общение, совсем не зависят от внешних обстоятельств. Поэтому необходимо с сочувствием выявлять отягощающие больного ситуации и по возможности устранять их.

Иногда трудности могут быть обусловлены конфронтацией больного с отдельными людьми или группами людей. В других случаях больного обременяет чрезмерная заботливость родных, их попытки “влезть в душу,” а также предъявляемый больному высокий уровень требований. Предложения, поступающие от случайных и некомпетентных лиц, даже если кажутся хорошими, помогают редко. Гораздо большей пользы следует ожидать

³¹ Живя с душевнобольным человеком, нередко приходится подстраиваться под его ценностный мир, говорить с ним на его языке. В связи с этим существует реальная опасность, что язык больного, его ценностный мир постепенно могут стать языком и ценностным миром опекающего его родственника. В связи с этим настоятельно рекомендуется ни в коем случае не замыкаться исключительно в рамках опеки душевнобольного родственника, но поддерживать контакты, прежде всего общение с друзьями, знакомыми, родственниками.

от научно обоснованных моделей решения проблем и использовать опыт близких других больных.

Следующие правила можно предложить как руководство к практической деятельности в опеке душевнобольных людей.

Просите как можно больше людей, особенно священников, **молиться о больном**. Молитвенная помощь других людей будет давать Вам силы не падать духом в нелегком несении креста.

В сложных случаях **ищите оптимальные решения**. Для некоторых больных, склонных к бредаобразованию или страдающих периодическими обострениями заболевания, в отдельных случаях имеет смысл лечение медикаментами. Исследования подтвердили, что длительное, иногда многолетнее лекарственное лечение существенно снижает частоту обострений. Поэтому пациенту полезно, чтобы предложение принимать лекарства делалось близкими просто и открыто. В случае необходимости больному следует напоминать о приеме препаратов. В определенных случаях родственникам приходится брать на себя обязанность выдавать больному каждую разовую дозу. Если нет уверенности в том, что больной самостоятельно регулярно принимает лекарства, то об этом необходимо сообщить лечащему врачу. Врача следует информировать и о появившихся побочных действиях препарата. Если больной, в силу своих болезненных соображений, считает лечение излишним и если в исключительных ситуациях принуждение становится неизбежным, то причина этого, при участии врача, должна быть спокойно разъяснена больному и затем выполнено лечение.

Держитесь как можно более естественно. Некоторые больные, например, шизофреники, редко теряют обостренную чувствительность и хорошую наблюдательность даже в случаях далеко зашедшей болезни. Быть больным не значит утратить интеллектуальные способности и умение почувствовать. Больные шизофренией хорошо различают неискренность, неестественность и несправедливость окружающих и нередко реагируют на них раздражением, недоверием, отказом от контакта. Напротив, открытость и определенность возвращают им некоторую уверенность в себе. Как бы ранимы они ни были по отношению к критике или к тому, что их не воспринимают всерьез, они так же чувствительны к уважению и признанию.

Правило “держаться как можно более естественно” означает также, что родственникам не нужно искусственно “подтягиваться” в присутствии больного или “ни в коем случае не допустить какой-то ошибки.” Наоборот, больному шизофренией полезно, если при выражении им своей реакции раздражения близкие ему люди уходят в другую комнату. Опыт подтверждает, что такое поведение правильно, так как всплеск раздражения неблагоприятен для обеих сторон. Правдивость и естественность в поведении не означает катастрофы во взаимоотношениях. Гораздо ценнее надежность, естественность, уважение.

Больного в его жизненном обиходе не освобождайте от ответственности. В подавляющем большинстве случаев нет основания для преувеличенных страхов. Однако нет вреда для больного, если родственники и знакомые не скрывают от него своей озабоченности. Гораздо хуже отрицать такое чувство, так как оно становится очевидным и выливается наружу, укрываясь за чрезмерной заботливостью или враждебностью.

Правда, следует терпимо относиться к тому, что больной сам определяет себе диету или не садится за общий стол, хотя давать ему такой совет нельзя. Например, не следует специально готовить для больного отдельную еду, которую он намерен принимать в ночное время. Чудачества больного только тогда имеют действительно отрицательные по-

следствия, когда члены семьи приспосабливаются к этим “искаженным” привычкам. С другой стороны, нужно только оценить, насколько трудно поддерживать в быту установившийся распорядок дня, когда соответствующие заботы уже преодолены совместно. Иногда бывает полезно составить план домашних дел на день или неделю. При этом в плане должно быть непременно указано, какие обязанности возлагаются на больного.

Лучше меньше да лучше. В связи с личным участием в делах больного и идентификацией с его судьбой родственники в большинстве случаев стремятся к скорейшей “нормализации” тяжелой, обременительной обстановки. Желая достигнуть лучшего для больного результата, члены семьи нередко переоценивают свои возможности влиять на течение болезни и обвиняют себя, если улучшение наступает медленно или не наступает вовсе. Поэтому они подвергают себя опасности не критического отношения к возникшим трудностям, так как возлагают на больного слишком большие надежды.

Снижение уровня ожиданий и уменьшение требований, предъявляемых больному, как правило, дают ему возможность лучше справиться со своими расстройствами. В этой ситуации справедлива поговорка “Лучше меньше, да лучше.”

Швейцарское объединение родственников больных шизофренией, основываясь на собственном опыте, дает своим членам следующие полезные советы:

“Больной и его семья должны выработать реальное представление о возможностях больного. Только немногие больные шизофренией восстанавливают способность справиться с той нагрузкой, которая была для него привычна до заболевания. Больной должен быть защищен от необоснованных ожиданий, поддерживаемых родными и друзьями. С другой стороны, не следует чрезмерно щадить больного. При реабилитации должны быть поставлены реальные цели, которых действительно можно достичь. Больному шизофренией необходимо иметь надежного, достойного и стабильного близкого человека, который способен указать четкие границы приемлемого поведения. Это важно в первую очередь для больных, страдающих идеями преследования, так как у этих больных нарушена способность иметь доверие к окружающим. Иногда больной принимает совет скорее от брата или сестры, чем от родителей. Слишком большое количество критических замечаний действует на больного отрицательно. Заслуженная похвала, даже за незначительную работу, действует ободряюще.”

Принцип “лучше меньше, да лучше” действует совершенно конкретно в повседневном быту. Обращение к больному должно быть изложено просто и ясно, тогда оно оправдано. Правда, длинные и сложные сообщения не превышают интеллектуальных возможностей некоторых больных, к примеру, больных шизофренией. Но многозначные и многоплановые сообщения предполагают большую способность к концентрации внимания. Они превышают способность больного к “переработке полученной информации.” Поэтому очень рекомендуется при обращении к больному высказывать только одно определенное пожелание, задание или сообщение. Таким способом родственники больного следуют девизу, который открывают для себя: поэтапное выполнение отдельных действий возможно, если даже больной не в состоянии охватить задание как целое.

Первая задача заключается в том, чтобы быть понятным. Намного труднее овладеть искусством осуществлять на деле требования к больному, выполнение которых необходимо для поддержания на определенном уровне совместного существования.

Может быть, помогут советы:

— Прими ванну, а потом съедим вместе по куску пирога с чаем. Или же разумные компромиссы:

— Пожалуйста, не слушай громкую музыку, лучше возьми книгу.

Можно спросить больного:

— Ты не хотел бы прибраться свою постель? Тогда в твоей комнате будет полный порядок.

Неожиданный благоприятный результат может дать диалектический подход:

— Не разговаривай вслух со своими голосами. Ты же не хочешь, чтобы эти люди считали тебя сумасшедшим. Не давай им повода.

Если нагрузка становится чрезмерной, то социальные контакты между больным и его родственниками следует временно сократить. Иной раз больному нужно просто уйти в свою комнату.

Необходимо неизменно соблюдать уважение к частной жизни больного, особенно в ситуациях, вызывающих нагрузку.

Некоторые душевнобольные, в частности, шизофренией часто используют возможность уединения с целью защиты от раздражителей, с которыми они не могут справиться. Больной чувствует “перегрузку” и изъявляет желание сменить обстановку, уединиться, уйти. Такая тактика больного существенно облегчает совместное проживание, если, конечно, больной имеет отдельную комнату. В этот момент настаивать на выполнении необходимых текущих обязанностей не нужно.

Одна английская исследовательская группа доказала на основании тщательно проведенных длительных изысканий, что частота обострений заболевания может быть существенно снижена с помощью увеличения дистанции между больными и очень озабоченными близкими. В группе больных, имевших критически настроенных или очень озабоченных родственников, проживавших в одном доме с больным, 69% больных после выписки возвращались в клинику в связи с обострением заболевания, если проводили более 35 часов в неделю “с глазу на глаз” с родными. При меньшей продолжительности контактов с родственниками частота обострений за тот же период составляла 28%. Было также доказано, что именно на больных, имеющих очень озабоченных и загруженных родственников, особенно благотворно действует лекарственное лечение. 92% больных из семей с напряженными взаимоотношениями, не получавших лечения медикаментами, заболели вновь в первые 9 месяцев после предыдущего обострения, в то время как среди больных из таких же семей, но получавших лекарственное лечение, заболело не более 53%.

Обращайтесь как с полноценным человеком, но не забывайте о болезни. Необычные высказывания (так называемые бредовые идеи) или обманы чувств у некоторых больных недоступны никаким аргументам. Больные могут слышать, видеть, ощущать на вкус, обонять или чувствовать вещи, которые для других не существуют. В некоторых случаях это проявления расстройств функций головного мозга, в некоторых — действие сил демонических.

Больные нередко находят для этого такие объяснения, которые другими людьми воспринимаются как безумные. О восприятиях невозможно спорить ни со здоровыми, ни с больными. Люди принимают за истину то, что они чувствуют.

Споры с больными шизофренией о расстройствах чувств или бредовых высказываниях, как правило, не приводят ни к какой коррекции их восприятий или характера даваемых ими объяснений. Если близкие начинают спорить с больными шизофренией об их переживаниях, то подвергают себя риску потерять доверие больного. Суждения больного не изменятся, но взаимоотношения будут испорчены.

Родственнику имеет смысл лишь сказать, что он имеет другие убеждения, но знает, что больной слышит и чувствует так, как говорит об этом. Если больной требует согласия близких, лучше постараться дистанцироваться каким-нибудь аморфным замечанием, например: “Да, это необычно.” Можно попытаться отвлечь больного каким-нибудь незначительным заданием или переспросить его, нужна ли ему какая-либо помощь.

Если у больного идеи преследования сохраняются в течение длительного времени, не следует постоянно и без пользы для дела вызывать врача. Лучше согласиться задернуть шторы или сменить дверной замок. При громкой брани больного в адрес беспокоящих его голосов можно предложить вместе помолиться.

Если поведение больного становится социально нетерпимым (больной громко разговаривает с голосами, идя по улице проявляет сексуальные намерения и действия в общественных местах), то ему следует указать на необходимость соблюдения приличий. Когда близким становится невмощно, то допустим жесткий, короткий окрик “прекрати немедленно,” может остановить его. Может оказаться полезным замечание, исходящее от третьих лиц, особенно от других родственников и друзей, которых поведение больного нередко затрагивает: “Он в порядке, но по-своему.” Другие замечания, успокаивающие близких больному членов семьи, оказываются более действенными, когда они произносятся в отсутствие больного.

Если больной прислушивается к голосам или активно высказывает бредовые идеи, есть основание подозревать ухудшение состояния. Если родственники не в силах больше вести себя с больным “как со здоровым,” то об этом необходимо сообщить врачу. В подобных случаях могут оказаться полезными временный переезд больного в пансион, помещение в клинику или даже только пастырская беседа с больным и членами его семьи.

К причастию, исповеди, таинствам и святыням (в случае, если это психобольная, а не одержимость) **не привлекайте человека насильственно.** Душевнобольной человек сохраняет достаточно волевых усилий для того, чтобы самостоятельно прибегать к помощи Божией. Если же в отношении его будут предприниматься насильственные попытки воздействия с помощью Таинств и святынь, это может вызвать только хулу и отторжение. Однако стоит мягко напоминать больному о том, что Господь его любит и поможет ему в его болезни, если он будет Его об этом ежедневно просить.

Если же больной сам попросит пригласить священника, пойти в храм, причаститься, собороваться, — не откладывайте исполнения его просьбы. Практика показала, что если не воспользоваться моментом, больной может опять закрыться на благодатное воздействие.

Не следует забывать, что душевным расслаблением психически больного человека, его неспособностью отличать свои импульсы от импульсов и волевых установок, идущих извне, пользуются демонические силы для погубления человеческой души в бездне душевной болезни.

Жизненный Сценарий.

Как уже было отмечено выше, большинство проблем, с которыми приходит к священнику современный человек, носит душевный (психологический), а не духовный характер. В виду этого для пастыря представляется немаловажным знание механизма формирования в раннем детстве убеждений, ценностей, жизненных установок, которые имеют влияние на

всю сознательную жизнь человека, включая жизнь церковную, степень конфликтности, неуживчивости с людьми, отношения с духовником.

Различение проблем душевного и духовного порядка — необходимейшее условие правильного их разрешения. Помощь в осознании и различении этого, безусловно, более кропотливый, вдумчивый и длительный труд, чем двухминутное общение, основанное на совершенно известных каждому верующему человеку советах и словах.

С первых моментов жизни ребенок вовлечен во взаимоотношения с людьми, прежде всего с тесным кругом близких людей. От того, как они ведут себя с ним, зависит пока бессознательный выбор особенностей его поведения, надолго формирующий стиль общения, а во многом личные качества и сценарий жизни.

Все родители (речь не идет о случаях патологии) исполнены благих намерений по отношению к своему ребенку, хотя реализуют их по-разному. Одни из них пытаются подстелить соломку на каждом его шагу и вечно водить его за ручку, другие, напротив, считают, что его нужно воспитывать в строгости, готовя к восприятию суровой действительности.

По большому счету, на первом этапе у ребенка есть только три стратегии поведения: движение к людям, против них или от них. Существует еще одна: вместе с ними, но самостоятельно, однако она требует определенного развития личности и, естественно, недоступна ребенку и может выработаться только позже, а это потребует ломки уже сложившейся, укоренившейся и как бы “работающей” стратегии. Именно поэтому позиция “вместе, но самостоятельно” встречается так редко. Первые же три способствуют формированию одного из привычных нашей эпохе типов внутренних конфликтов.

Движение к людям.

В этом случае ребенок пытается завоевать привязанность окружающих, чтобы опираться на них и чувствовать себя с ними в безопасности. Он выбирает самого сильного (в том числе, в семье) и присоединяется к нему, подчиняясь его мнению. Постепенно у него вырабатывается потребность в любви и одобрении, постоянном присутствии кого-то рядом, на кого можно опереться, и без кого человек начинает чувствовать себя беспомощным.

Со временем формируется тип и сценарий “беспомощной личности,” нуждающейся в постоянном поводе и руководителе, который взял бы на себя ответственность за все ее действия. “Беспомощная личность” любой ценой пытается удовлетворить ожидания других людей, становится уступчивой и предупредительной, смиряясь с ролью вечной жертвы, в любом случае готовой взять вину на себя.

Такая позиция способствует усилению внутренних барьеров: “беспомощная личность” оказывается неспособной сказать “нет” в ситуациях, в которых это сделать необходимо, оказывается полностью лишеной целеустремленности и инициативы в достижении поставленных целей, даже безгрешные радости жизни считает недопустимыми и не разрешает себе радоваться ни по какому поводу. В отношении к себе превалирует чувство жалости и ощущение собственной слабости.

Такой человек становится совершенно зависимым от окружающих, самое страшное для него — остаться одному. Оценка, данная другими, представляет для него абсолютную важность, похвала окрыляет его, а любая критика воспринимается как трагедия.

Потребность в других является для него фактором постоянной тревожности. “Беспомощная личность” нуждается в любви и привязанности, хотя, как правило, не способна

на настоящую любовь и близость, подменяя их манипулированием, средством которого является все та же его слабость. Она переносит свой внутренний конфликт на отношения с близким человеком.

Движение против людей.

В этом случае ребенок решается, пусть и бессознательно, на борьбу с окружением, отстаивание своих интересов. Он перестает доверять людям, начинает думать, что все они настроены против него и виноваты в его неудачах. Основным его желанием становится победа в этой борьбе с враждебными людьми: складывается агрессивный сценарий “обвинителя.”

Несмотря на то, что такой человек изо всех сил старается демонстрировать уверенность и силу, на самом деле, как и в предыдущем случае, им руководят те же тревожность, страх и неуверенность в себе.

Его жизненная философия основывается на представлении о мире, как о джунглях, где выживает сильнейший, где человек человеку — волк, а стиль поведения определяется фразой “с волками жить — по-волчьи выть.” Главной его потребностью становится управление другими: либо открытый диктат, либо скрытое манипулирование, в зависимости от темперамента.

Со временем такой человек становится крайне конфликтным и неуступчивым, искренние чувства верить перестает, а любую ситуацию оценивает с позиции практической выгоды и полагает, что все люди поступают аналогичным образом. Любой спор он пытается выиграть любой ценой, проигрыш переносит крайне болезненно, а признание ошибок считает проявлением слабости — в отличие от “беспомощной личности,” которая признает свою вину, даже не будучи виноватой.

Движение от людей.

В этом случае ребенок не выбирает ни подчинения, ни борьбы, а пытается уйти от общения в собственный мир своих мыслей, игр и занятий. Такая позиция порождает ощущение неопределенности и собственной никчемности, непонимания того, кто он есть на самом деле и где его место.

Он старается ни с кем себя прочно не связывать, видя в любых тесных связях угрозу своей самоизоляции. Он также старается не связывать себя никакими долгосрочными обязательствами, вообще противится всяким попыткам отношений, которые могут представлять опасность принуждения его к чему бы то ни было. Поэтому он уходит от всех глубоких эмоциональных контактов, а если вдруг таковые начинают складываться, разрушает их: формируется сценарий “разрушителя.”

Любому “разрушителю” свойственно умение подавлять эмоции, опасаясь, что эмоциональность вызовет сильную реакцию окружающих, и он окажется вовлеченным в процесс общения. Отказ от эмоций с годами, требуя определенной замены эмоциональной сферы (как правило, логикой), приводит к формированию еще одного типа: “компьютера,” избирающего для самоутверждения несколько отличные пути.

Такие люди никогда не доверяют интуиции и живут анализом целесообразности и планированием. Перед тем, как принять любое решение, они тщательно взвешивают все “за” и “против.”

Они могут быть великолепными специалистами, в особенности в области аналитики, однако, в полном понимании этого слова, они не любят свою работу, во всяком случае,

потому что любовь вообще является сугубо эмоциональной, а следовательно, не значимой для них категорией. Это верно и по отношению к дружеским связям и развлечениям: ценятся в особенности те, которые подтверждены той или иной целесообразностью, в которых преобладают не чувства, а логика и расчет.

В определенном понимании, они верны кодексу чести и порядочности, хотя и достаточно механистическому: исправный “компьютер” просто не может не быть по-своему честным, иначе он не может функционировать.

Не секрет, что в настоящее время немалое число формально взрослых людей никак не соответствует понятию зрелой личности. Зрелость наступает тогда, когда человек способен мобилизовать свои силы и побороть страх и неуверенность, возникающих из-за отсутствия поддержки со стороны окружения. Тупик — это как раз та ситуация, когда у человека недостаточно поддержки со стороны и не хватает сил и смелости, чтобы опереться на собственные душевные силы. Боясь идти на риск, многие в этом случае надолго принимают защитную роль “дурачка” или “беспомощной жертвы обстоятельств.” Зрелость и есть умение пойти на риск, чтобы выбраться из тупика.

Модель поведения человека во многом определяется родителями. У человека, которого воспитывали в условиях большой опеки, неизбежно вырабатываются устойчивая инертность к любым трудностям, завышенная самооценка, восприятие окружающих в основном как личного обслуживающего персонала. В любой действительно ответственной, конфликтной или стрессовой ситуации, когда приходится самостоятельно отвечать хотя бы за себя (создание семьи, рождение ребенка, выбор работы и т.д.) их действия отличаются крайним эгоизмом, требовательностью к обществу, а при недостатке поддержки — быстро развивающейся социальной дезадаптацией, иногда доходящей до психических заболеваний.

Своеобразный эффект “Мама дома”: в ее присутствии мало кто из детей самостоятельно убирает комнату, или готовит еду, или сражается со сложной задачей в домашнем задании. Когда вдруг оказывается, что мамы рядом нет, дается шанс: кто-то неожиданно открывает в себе способность делать все это самостоятельно и даже без внешнего принуждения, а кто-то теряется. Последнее называется “приобретенной беспомощностью.”

Если же ребенок воспитывался, наоборот, в условиях недостаточного внимания и заботы, у него может сформироваться комплекс неполноценности, восприятие себя как неудачника, недоверие к людям.

И в первом и в другом случаях ребенок рано или поздно приходит к выводу о пренебрежении или даже неприятии родителей, фактически отказывается признавать их авторитет. Он может продолжать использовать их, исходя из их полезности, даже демонстрировать теплые чувства, но лишь до возникновения стрессовой ситуации. Он полностью перестает принимать в расчет любые социальные и моральные нормы, все его поведение диктуется эгоизмом и начисто манипулятивно. Последствия всех своих действий он оценивает только с точки зрения собственного выигрыша, а способность к любви, альтруизму, равно как и чувства вины или смущения, являются для него незначимыми категориями.

Не только по отношению к себе, но и к людям мы во многом воспроизводим модель поведения своих родителей. Их отношения между собой, представления о браке и супружеской близости, достоинстве, чести, труде в немалой степени определяют позицию ребенка. Один уверен в том, что создаст крепкую счастливую семью, другой утверждает, что “никогда не женится.”

Подобные родительские “предписания” становятся жизненными убеждениями человека, которые оказывают огромное влияние на его поведение. Священное Писание неоднократно указывает на то, что вера человека является огромной жизненной силой. Если человек по-настоящему верит, что он может что-нибудь совершить, то он обязательно это совершит. Но если он убежден в невозможности этого, никакие внешние силы не способны убедить его в обратном. Такие убеждения как “уже слишком поздно,” “ничего не поделаешь — здесь я бессилён,” “раз уж на мою долю выпало, то никуда не денешься” — часто могут являться камнем преткновения, не позволяющим человеку, в полной мере используя потенциал собственных душевных сил, исполнить определенное Богом жизненное предназначение.

Негативные “предписания” передаются ребенку родителями вследствие их собственных проблем — несчастий, неудач, тревог, разочарований. Самые страшные из них: “Не будь” и “Не будь собой.” Даются они, например, если ребенок не был желанным. “Если бы тебя не было, я бы давно разошлась с твоим отцом.” Такие предписания могут даваться и не словесно — вечно нахмуренные брови, интонация, отсутствие ласки, демонстрируемые таким образом, что ребенок начинает чувствовать себя обузой. Если же в семье, например, несколько девочек, и рождается еще одна (хотя очень хотели мальчика), то родители все же пытаются из нее “сделать мальчика”: обучают традиционно мужским занятиям и играм и т.д. Всего вероятнее, она вырастет женщиной с очень жестким характером, а когда создаст семью, будет настаивать на том, что готовить, стирать и выполнять прочие домашние работы ее муж должен никак не реже, чем она.

Предписания передаются детям не только в форме прямых директив, а иногда и вопреки им. Трагедией современной церковной жизни является повсеместный и категоричный отход от Бога взрослеющих детей из верующих семей. Почему это происходит? Священник Анатолий Гармаев считает, что

“сегодняшний верующий родитель передает (на душевном уровне) своему церковному ребенку свой падший нрав, и дитя запечатлевает его.

Если при этом его носят ко Причастию, дух младенца окормляется Причастием, а душа восстает против этого же Таинства. И только первый час, может быть, полчаса после Причастия ребенок умиротворяется силою и властью Христова участия, а потом он вдруг становится неуправляем. Если ребенок не причащается, то с ним все в порядке. Его связанный грехами дух вполне согласен с его падшим устройством души и с падшими образами душевного поведения. И в целом все это имеет некоторый умиротворенный характер. Поэтому он чуть-чуть упрямится, чуть-чуть злится, чуть-чуть капризничает, но все-таки он управляемый, хоть и неверующий.

Особенно сильно эта неуправляемость наблюдается там, где родители совершенно не имеют церковного нрава, а исполнены нрава падшего. При таких родителях состояние ребенка чрезвычайно критическое, в результате чего мы повсеместно видим этих раздербанных детей.

До 12 лет запечатление родительской неправды бывает настолько ярким и сильным, что ребенок совершенно противится всякому духовному действию. Таких детей бывает невозможно привести к Причастию, поднять на молитву, они бегут от исповеди. Они выискивают любую возможность убежать даже от любимых батюшек. Вглядываясь во всю эту детскую неправду, от которой страдает душа, страдает личность ребенка, которая непременно ищет своего пробуждения и возрождения, но внутренними обстоятельствами не может пробиться через это, как порой живой росток не может долго пробиться через ас-

фальт, мы взрослые спрашиваем себя, чем мы можем помочь ему? Для этого, может быть, необходимо рассмотреть причины, возникновения таких состояний у детей.”

Дети растут не только и не столько такими, какими их хотят видеть родители, сколько такими, какими родители являются. Если родители хотят, чтобы ребенок стал творческой личностью, нужно не только требовать от него этого, сколько самому уметь создавать новое. Чтобы он вырос решительным, он должен видеть, что родители умеют принимать решения.

“Те убеждения, что сложились по отношению к нам у других людей, могут возыметь на нас свое действие. Это было продемонстрировано в одном весьма оригинальном исследовании, в ходе которого группа детей с уровнем умственного развития, признанного средним, была совершенно произвольным образом разделена на две равные подгруппы. Одна из них была вверена одному учителю как группа “одаренных” детей. Вторая — другому учителю, но уже как группа “отстающих.” Год спустя обе подгруппы были проверены на уровень умственного развития. И вовсе не удивительно, что большинство детей, произвольно записанных в “одаренные,” получили гораздо более высокий балл, чем на предыдущей аттестации, в то время как большинство тех, кого определили в “отстающие,” показали значительно более низкий результат! Убеждения учителей относительно способностей своих учеников повлияли на обучаемость последних.

Наши убеждения могут формировать, изменять и даже определять уровень наших умственных способностей, состояние здоровья, социальные связи, творческие способности и даже степень личного счастья и жизненного успеха. При этом если убеждения и в самом деле являются столь могучим фактором нашей жизни, каким образом можно научиться управлять ими так, чтобы они не начали управлять нами? Многие из наших убеждений были получены нами в детстве от наших родителей, учителей, социального окружения и средств массовой информации еще до того, как мы могли осознать оказываемое ими влияние или сделать выбор по своему усмотрению” (Роберт Дилтс “Изменение убеждений с помощью НЛП.” М., НФ “Класс,” 1997 г., стр. 10).

Вот еще несколько распространенных предписаний: “Работай хорошо, старательно и много,” “Всегда все делай на отлично, не жалея сил.” Предписание подкрепляется “трудовым воспитанием” по дому, нотациями за каждую полученную в школе тройку и т.д. В результате, чтобы заслужить одобрение родителей, “маленький мальчик” до самой пенсии крутится, как белка в колесе, не уходя в отпуск, не видя семьи и т.д. Если у него отнять такую возможность, он, не понимая, что до сих пор старается ради похвалы серьезно-строгих родителей, — заболит.

Сценарий жизни, благодаря неосознанному родительскому программированию, в основных чертах написан уже в первые годы жизни человека, основная стратегия его поведения уже сформирована к моменту поступления в школу, а школа довершает дело, дописывая недостающие детали сценария — трагичного или комичного, скучного или яркого, сценарий Царевны или сценарий Лягушки — победителя или побежденного.

Священник Анатолий Гармаев особо отмечает значение сценарного программирования посредством тех или иных в детстве запавших на самую глубину сердца родительских слов, называемых в нравственной психологии “родительскими печатями.”

“Ребенок, особенно до пятилетнего возраста, очень открыт на своих родителей, ловит каждое их слово, сказанное относительно себя. В сердцах сказанное слово наиболее энер-

гетически обеспеченно, оно наиболее глубоко проникает в душу ребенка и западает в эмоциональную память.

Такое “запечатывание” детей сегодня, к сожалению, совершают собственные бабушки и дедушки. Придя в дом, встречаясь с внуком раз в неделю или раз в день, бабушка выдает ему такое море комплиментов, что ребенок, естественно, весь раскрывается, и тогда бабушка говорит своему дорогому внуку очень маленькую, очень тихую и очень точную фразу: “Быть тебе, мой милочек, богатым-пребогатым!” И с этой минуты будет совершенно непонятным, почему двенадцатилетний мальчишка с такой страстью играет в эту навязанную ему игру? Почему шестнадцатилетний парень, выросший из этого мальчишка, с такой страстью покупает лотерейные билеты? Почему этот уже тридцатилетний человек с такой страстью ищет самые доходные предприятия и мероприятия? Почему этот шестидесятилетний старик так упорно держится за то богатство, которое он накопил? Будет непонятно, что на деле работает заложенная однажды, в очень раннем детстве, бабушкина печать.

Такую печать можно заложить как положительную, якобы, с позиции мирского благополучия, так и отрицательную. В сердцах сказанная, это печать всегда негативная, создающая очень сильный внутренний комплекс неполноценности. Сказанная же в некотором “ворковании,” печать возводит человека как бы к благополучию. И с этого момента человек постоянно ищет именно благополучного состояния.

Сегодня при интенсивной обращенности к способностям детей мы закладываем в них очень могучие печати, связанные с тщеславием. Девочка занимается в студии, где сразу четыре действия: пластика, иностранный язык, музыка и рисование. Шестилетний ребенок приходит домой и делится своими впечатлениями. Бабушка, которая его водила туда, приходит и тоже рассказывает родителям: “Какая же девочка у нас — молодец!” И по мере того, как бабушка рассказывает, по мере того, как ахают и умиленно расплываются в душевном комфорте тщеславия родители, меняется и лицо ребенка. Его тщеславие жадно впитывает в себя слова взрослых, при этом дитя, конечно же, одновременно и стесняется, и жеманится, и с ноги на ноги переминается, как бы стесняется (на самом деле стесняется здесь именно тщеславие). В связи с этим стеснением тщеславия ребенок еще более раскрывается, со временем перестает жеманиться и полностью открывается весь на похвалу бабушки или родителей.

Печатей много, самых разных. Некоторые из них: мать говорит трехлетнему ребенку: “Зачем я тебя родила?” “Зачем ты мне такой нужен?” “Кому ты такой нужен?” и т.д. Мать переживает болезненность ребенка, она уже намучилась с ним, и вот, в сердцах, вдруг такое сказала. Болезненный ребенок на самом деле очень переживает то, что болеет.

Печать свое ищет, она ищет подкрепления себя самой именно собой. Что это значит? Ребенок так будет строить отношения с окружающими взрослыми, чтобы кто-то из них обязательно сказал однажды услышанное им в детстве: “Кому ты такой нужен!” И вот как только ребенок поймает эту фразу, он успокоится, ему больше ничего не надо, печать свое нашла. Он успокоится и пойдет к своим друзьям и товарищам, потому что это общение тоже необходимо для поддержания печатей. Пойдет к своему другу или друзьям и скажет: “Я же говорил!” или: “Я же знал!” или: “Мне давно об этом сказано!” или: “В моем гороскопе это написано!” Благодаря этому некоторое время он будет переживать чувство удовлетворенности. Что это такое? А это его собственное состояние печали, которое по-мало материнское слово и запечаталось через сказанное слово, получив удовлетворение.

Греховная страсть, получившая свою печать, через всю жизнь, через жизненный срок человека ищет полноты. Она всегда стремится состояться во всей полноте.

Однако одна и та же закономерность просматривается всегда: страсти идут к своему завершению, к доминанте своего проявления. Так, жестокость или гнев может выжить, а затем встретиться с такой запечатывающей фразой: “Ах ты зверь такой!” Причем,

должна быть определенная внутренняя, эмоциональная, сила интонации у говорящего, которая бы вложила слова: “Зверь такой” в самую сердцевину гнева в ребенке.

Словесная печать может быть вложена и в 5, и в 10 лет, и даже в 11 лет. При этом наиболее сильные запечатывания исходят из уст родителей, бабушек и дедушек, менее сильно — от окружающих людей, т.е. родных, учителей, знакомых.

Уловленное состояние “Я — зверь” начинает искать своей реализации, и конечное завершение этой реализации может произойти в судебном приговоре к расстрелу. Произнесен приговор, и сразу — внутренняя удовлетворенность: “Я так и знал!” и больше ему ничего не надо! Причем, чтобы довести дело до расстрела, он всей своей жизнью будет делать массу разных действий, которые обязательно наведут людей на это решение. При этом почти невозможно для человека обнаружить, что его жизнь, все его способности, его эмоциональная чуткость к людям, (т.е. умение лицемерить, вовремя подыграть, улыбнуться, обмануть человека интонационно и эмоционально), его авантюрная смелость, решимость на те или иные дела, его организаторские способности, его отличное владение оружием, или его мастерское владение каким-то ремеслом — все это идет в угоду одному: преступному действию, которое однажды бы привело к суду, на котором ему скажут: “Расстрел!” после чего он внутренне испытает: “Я так и знал!” И вот это последнее “Я так и знал!” и есть окончательное действие, в котором торжествует страсть гнева, причем, оно торжествует во всей полноте, потому что еще совсем недавно оно в садистски страшных зверствах убивало, уничтожало людей. И невозможно понять, откуда этот страшный садизм, откуда такая неудержимая преступность в этом человеке, откуда это патологическое состояние жажды жестоких, отвратительно садистских действий. Оказывается, образ этого действия был задан в детстве очень точным словом “Зверь,” сказанным в сердцах матерью, и вот он теперь этого “зверя” и проявляет в жизни, для того чтобы постоянно слышать от людей подтверждение того, что он действительно “зверь” (Священник Анатолий Гармаев. Психопатический круг в семье. “Свет Православия,” готовится к изданию в 1999 году).

В современной церковной среде довольно редко можно встретить человека, умеющего ставить позитивные цели и выполнять их, причем делать это органично, легко. Такие люди отличаются тем, что при неудаче одной попытки они не приходят в отчаяние и умеют находить другие пути для достижения цели. Они не обязательно достигают внешних признаков успеха. Однако отличительным признаком является внутренняя умиротворенность и покой, исходящие от них.

Такие люди, в отличие от живущих по сценарным программам, ответственны за собственную жизнь, смыслы и цели которой формулируют и определяют сами.

Большинство сценариев — результат типичных внутриличностных конфликтов, заложенных в нашей цивилизации, попыток человека примирить непримиримое: уступчивость и агрессивность, амбиции и страх, беспомощность и самоуважение. Так или иначе, эти проблемы присущи почти каждому, и в каждом, чуть больше или чуть меньше, “перемешаны” черты каждого из описанных типов. Но человек с детства выбирает “магистральный путь” своей жизни и с незначительными отклонениями часто придерживается его всю жизнь, снова и снова возвращаясь на эту все углубляющуюся колею, и не находит в себе сил, чтобы отдать себе в этом отчет и попытаться свернуть.

Конечно, с возрастом человек в какой-то мере учится принимать самостоятельные, независимые от усвоенных в детстве стратегий поведения, решения, но очень часто, в особенности в ситуациях стресса, возвращается к своему сценарию, автоматически используя проверенные варианты поведения, отработанные тогда, когда каждый из нас решал основной вопрос ребенка: каким образом легче всего добиться любви и внимания окружающих. Стоит только начальнику сделать нам выговор, как запечатленный многие годы назад об-

раз рассерженного отца включает в нас механизм детского поведения, и мы, не отдавая себе в этом отчета, входим в давно написанный сценарий, углубляя все ту же, проложенную в детстве и губительную для взрослого, колею. Подобная сценарная ситуация в течение многих лет может проигрываться и в отношениях с духовным отцом.

Есть только один выход из этой ситуации: понять, что мы выросли, и рассоединить эту связь, не перенося детские стратегии поведения на ситуацию, которая развивается только **Здесь и Теперь**.

Итак, в детстве нам предлагают сценарий. Но следовать ли ему далее — только наше личное дело.

Перенос.

В повествовании о взаимоотношениях пастыря и духовного чада необходимо упомянуть о явлении, которое в психотерапевтической литературе именуется “переносом.”

Замечено, что личные эмоциональные отношения духовника (пастыря) с духовным чадом (пасомым) являются средством душевного оздоровления и поведения последнего. Именно живая эмоциональная связь, личностные отношения, а не внушаемость или навязчивая привязанность.

Человек, пришедший к священнику на исповедь или за советом, не только говорит с ним о своих нынешних и прошлых проблемах, но и проявляет по отношению к духовнику свойственные своим детским отношениям эмоции.

Неудивительно, что в общении с духовным отцом могут явно просматриваться отношения духовного чада со своими собственными родителями. Если отец был добрым, любящим, отношение к духовнику может иметь характер взаимопонимания, доверия, будет лишено инфантильности и мешающей здоровым отношениям зависимости. Если же человек в детстве запечатлел отца как грубого, жесткого, строгого, то на проявление именно этих эмоций он будет провоцировать и духовного отца. При этом он будет испытывать некоторую удовлетворенность при подтверждении ожидаемой негативной реакции со стороны духовного отца. Нечто подобное он получал в аналогичных ситуациях собственного детства от своего физического отца.

Если же отец был отстраненным, занятым только собой и своей работой, или же бросил семью в период раннего детства своего сына или дочери, или же был хроническим алкоголиком, то духовное чадо будет постоянно провоцировать своего духовника на отношение, подтверждающее его жизненный сценарий: “Я никому не нужен,” “На меня никогда нет времени,” “Отец меня не любит.”

Пастырю очень важно иметь в виду, что большинство людей сегодня приходит к священнику не за разрешением духовных вопросов, но прежде всего за душевным, человеческим теплом. И хотя чаще всего это душевное тепло у священника “берется” под предлогом поиска ответов на религиозные вопросы, о подлинно духовном, как свидетельствуют многие современные духовники, сегодня спрашивают очень немногие.

Священник может дать человеку это душевное тепло, понимание, сочувствие. Благодатные силы, подаваемые пастырю от Бога, восполняют недостаток его естественных душевных сил. На первом этапе окормления задача священника состоит в том, чтобы полюбить человека, покрыть недостаток человеческого тепла, оправдать его ожидание встречи душевного понимания со стороны батюшки.

Однако агрессивность, жестокость, все большее и большее увязание человеческой жизни в болоте мелочной суеты и дрязг, усугубление финансовой неразберихи в обществе, экономические сложности современного мира, отсутствие участия и сострадания со стороны окружающих людей создают для пастыря ситуацию, в которой он вынужден по много часов в день “жалеть” и “понимать” своих духовных чад, тянущихся к нему бесконечной вереницей. Возникает опасность завязнуть с ними в чисто душевных отношениях, постепенно забывая о целях духовной и церковной жизни.

Со временем пастырь оказывается перед фактом: пришедший отчасти забыл, зачем он когда-то пришел к нему, забыл, что такое жизнь духовная, забыл о покаянии. Такому духовному чаду трудно объяснить, что духовник существует вовсе не для того, чтобы быть “лучшим другом” или “самым добрым человеком,” а чтобы своим советом, благословением помогать пришедшему двигаться к Богу, справляться со своими грехами и страстями. Человек может ходить в храм, причащаться, исповедоваться, но отсутствие в этих проявлениях церковной жизни личности духовного отца обедняют и как бы обесцвечивают их таинственную сторону. Если “моего батюшки” нет на службе, “молитва не та, и благодать не та.” Личности пастыря придается несоразмерно огромное значение, коллекционируются бесчисленные фотографии и благословения “любимого батюшки” и тому подобное.

Самое страшное происходит с семьями, в которых верующая женщина привязывается к священнику всей душой. Авторитет мужа меркнет на фоне “удивительного батюшки,” который становится “идеалом.” Именно в нем женщина находит реализацию своих дочерних и супружеских потребностей. Ему отдается все внимание, все душевное тепло, все чувства женского сердца. Не видя в такой привязанности “ничего особенного,” женщина даже не считает нужным скрывать от мужа, что она “нашла то, что искала всю жизнь.” Наступает серьезная угроза целостности семьи.

Именно этот фактор взаимоотношений между пастырем и духовными чадами имеет в виду Святитель Игнатий Брянчанинов в V томе своих сочинений, говоря об опасности близкого эмоционального контакта пастыря или монаха с женским полом.

Со временем священник может заметить, что между его духовными чадами происходит жестокая борьба за приближенность к батюшке.

Иногда бывает и так: вместо того, чтобы почувствовать облегчение после глубокой исповеди, некоторого прояснения своих проблем, исповедавшийся начинает реагировать неистовым внутренним неосознанным гневом. За духовником среди обилия положительных проявлений он начинает замечать “грубость с людьми,” ложь, лицемерие, попытку использовать его в собственных, глубоко корыстных целях. Пасомый может, вопреки своим же интересам, подспудно стараться разрушить все усилия духовника.

На исповеди некоторые люди, боясь потерять расположение священника, могут неосознанно приукрашивать себя. Рассказывая о своих грехопадениях, зачастую они представляют дело таким образом, что виноватыми оказываются другие. Священник не знает других участников инцидента, и хотя он может иметь о них примерное представление, ему нелегко убедительно разъяснить исповедующемуся его собственную вину в конфликте. Такая попытка у некоторых вызывает резкий всплеск возмущения и недоверия к духовному отцу.

В ситуации, когда духовное чадо давно лично знает батюшку, имеются определенные затруднения. А именно: его реакции на духовника могут быть необоснованными. Священник может не знать об их существовании, и в конечном счете он оказывается в труд-

ной, а иногда безвыходной ситуации, поскольку вынужден в этих отношениях быть одновременно и действующим лицом и трезвым аналитиком.

Пастырь может быть серьезно вовлеченным в определенную ситуацию. Однако, если он внимательно сосредоточится на понимании причин греховных реакций пасомого, то на скандалы и провокации чада по поводу “понижения внимания” или “отсутствия любви” уже будет реагировать не столь наивно и субъективно, как это могло бы произойти в ином случае. Если же священник стяжал определенную внутреннюю цельность, которую святые отцы называли “трезвением,” то он гораздо меньше подвержен расстройству за грубое греховное поведение своих духовных чад.

Несомненно, многое можно узнать о человеке из его рассказа о своих отношениях с другими людьми — с мужем (женой), детьми, начальниками, коллегами. Пастырю важно знать, что он сталкивается с эмоциями, которые человек приносит в любые взаимоотношения. Зная об этом, духовник не так остро будет воспринимать задевающие его лично слова и грубости, высказанные со стороны пасомого.

Различные эмоциональные проявления верующего человека могут представлять собой оживление детских чувств, с новой силой направленных на духовного отца (то есть, перенесенных на него). Любовь, строптивость, ревность, нежелание слушаться старших, проявлявшиеся в детстве, подсознательно обращаются на священника, безотносительно к его возрасту или поведению, и независимо от того, что в действительности происходит в процессе их общения.

В отношении духовника у духовного чада могут развиваться чрезвычайно сильные чувства. Поэтому одной из важнейших задач пастыря на определенном этапе является осознание того, какую роль чадо приписывает духовнику на каждом этапе их отношений: хорошего или плохого отца, идеального мужа (у женщин разочаровавшихся в супружеских отношениях), идеального сына (у пожилых прихожанок, обретающих в молодых духовниках идеал, неосуществившийся в собственных сыновьях)?

Предположим, что прихожанка душевно влюблена в духовника. Она живет лишь ожиданием времени их общения, встречи, исповеди (в которой со временем частично или полностью вытесняется благодатный, таинственный элемент), радуется любому проявлению внимания со стороны духовного отца и впадает в депрессию при малейшем проявлении реального или кажущегося отвержения. То она ревнует батюшку к другим чадам или к его матушке, то воображает, что пастырь выделяет ее из всех остальных.

Необходимо проанализировать причины проявляющейся привязанности и найти правильный выход из сложившегося положения: или направить ситуацию в русло смирения, послушания, или же (в случае, если потребность в отношениях начинает приобретать навязчивый характер) полностью расторгнуть всякие отношения. Иногда подобный разрыв вызывает стресс, остро переживается боль утраты, горечь разочарования в людях и духовниках, но впоследствии приводит к мощному импульсу в самостоятельной духовной жизни (о таких ситуациях обычно говорят: “духовник заслонил собой Христа”).

Обретение подобной привязанности для многих людей, сформировавших свое мировоззрение на аскетической литературе, преломленной в их восприятии через призму романтического настроения, становится средством избавления от ответственности. В сознании невротически настроенного верующего эта привязанность по многим веским для него причинам предстает главным образом как любовь и преданность. Однако, при углублении подобной зависимости со временем может наступить остановка в духовном и личностном росте.

На этом этапе цель священника — открыть для верующего человека путь к осознанию происходящего и, в конечном счете, подвести его к пониманию того, что лежит в его основе.

Психологическая зависимость от духовного отца представляет собой серьезную опасность, так как она подрывает цель духовного окормления, которые должны заключаться в научении чада самостоятельно преодолевать возникающие на пути духовной жизни проблемы и трудности.

Иногда случается, что верующий в глубине души (т.е. на подсознательном уровне) чувствует, что подчиненность чужой воле (воле духовника), необходимость исповедовать не только поверхностные, но и более глубокие грехи, помыслы и греховные состояния невыносимо унижительны. Пастырь должен попытаться понять, какие факторы в структуре личности могли бы объяснить эти чувства, понять и попытаться осторожно, доверительно вывести их на уровень осознания и исповеди. В некоторых случаях, если этого не происходит, если ни духовная беседа, ни исповедь не произведут изменения и исправления, время окажется потраченным впустую, человек скрыто или явно будет стараться унижить священника и взять над ним верх.

Замечено, что лица, которые в иных ситуациях кажутся “вполне добропорядочными,” уравновешенными, в отношениях с духовным отцом могут предстать открыто враждебными, недоверчивыми, алчными, требовательными. Это связано с тем, что в духовном общении могут иметь место специфические факторы, которые ускоряют такие проявления. Духовное чадо в процессе формирования и углубления личных отношений с духовником-отцом зачастую ведет и чувствует себя “по-детски.” Добровольное первичное желание “поглубже раскрыть душу” для внутреннего очищения с помощью духовного отца, а также добрые ненавязчивые советы, батюшки и его терпимое отношение помогают человеку ослабить сознательный взрослый контроль и более открыто проявлять детскую сторону своей души. Раскрытие глубоких переживаний и воспоминаний человека ведет к воскрешению более глубоких чувств. Наконец, и это самое важное, духовник обязан проявлять сдержанность в отношении желаний и требований духовного чада.

Особенностью пастырского окормления на этом этапе является выявление защитных установок человека, которые мешают духовному росту и внутреннему осознанию собственных противоречий.³² Они разоблачаются как греховные состояния, тем самым выдвигаясь на передний план в качестве лежащих в основе этих защит вытесненных наклонностей. Например, человек, у которого сформировалась установка на абсолютное восхищение в отношении определенных лиц, чтобы скрыть свои тенденции к соперничеству, пытается себя вести так же и в отношении священника, которым он слепо восхищается. Однако, священник должен быть готов к тому, что этот период их отношений может закончиться очень плачевно — человек станет мстить священнику за то, что долгое время “вынужден был” восхищаться им. В этой ситуации для пастыря важно не обольщаться кажущейся верностью и преданностью духовного чада, но объяснить, что причины конфликтов в отношениях с другими людьми — в нем самом.

Человеку, который скрывал свои чрезмерные требования к другим людям за видимостью крайней самоотверженности, в процессе исповеди придется осознать несоответствие между чрезмерностью требований к другим и максимальным, при возможной положительной видимости, снисхождением к себе. Верующий человек, боящийся разоблачения своей мнимой или подлинной внутренней несостоятельности (душевной или интел-

³² Работе с защитными установками или психологическими защитами посвящена следующая глава книги.

лектуальной), может в других обстоятельствах избежать этой опасности, уходя от контакта с другими людьми, а также благодаря скрытности и жесткому самоконтролю, что невозможно (да и бессмысленно) сохранять в процессе глубинного раскаяния. По причине того, что раскаяние неизбежно наносит удар по защитам, которые до этого времени выполняли важные функции, и в случае, если духовник будет настаивать на их осознании, может возникнуть враждебность по отношению к духовнику, который кажется назойливым, слишком требовательным или “лезущим в душу.” Пасомому приходится отстаивать свои защитные механизмы до тех пор, пока они остаются для него важными, и потому он испытывает в отношении пастыря негодование, словно тот без спроса вторгается в его жизнь. Поэтому необходимость сохранять некоторой степени личной отстраненности в отношениях с людьми до некоторой степени может оказаться верным.

Духовный отец не должен в ответ на душевную открытость чада навязывать ему свои собственные проблемы. Ему также не следует поддаваться эмоциям пришедшего человека, потому что подобная вовлеченность может ухудшить понимание его проблем. Но некоторая мера сдержанности не должна привести духовника к неестественному, безразличному, авторитарному, лишенному сострадательной, врачующей пастырской любви поведению.

Иногда Божественное Промышление, чтобы избавить священника от уверенности в том, что он способен справиться с любым случаем, дать совет в любой ситуации, может попустить ему впадение в ошибку, разочарование в нем и отход от него человека, много лет прибегавшего к его духовному окормлению и получавшего явную пользу от этого. В этом случае очень важным и необходимым представляется найти внутренние силы не раздражаться, тем более не анафематствовать ушедшего, но смиренно укорив себя за прошедшее, усилить молитву об этом человеке.

До тех пор, пока пастырь защищает собственные чрезмерные требования, полагая, что с ним обращаются неблагодарно и несправедливо, он едва ли будет способен разобраться в аналогичных особенностях пасомого; скорее, он станет просто сочувствовать невзгодам духовного чада, чем анализировать те психологические защиты, которые за ними скрываются.

Духовнику необходимо подвергать строгому анализу причины и следствия своих ошибок. Невротические проявления и психические срывы пасомого трудно проанализировать, если священник не избавился от недуга навешивания ярлыков, если сам не имеет сострадательной пастырской любви к человеку, как бы он себя не проявлял.

Общение духовника и пасомого является особой формой человеческих взаимоотношений, и существующие аномалии отношений с другими людьми могут проявляться здесь так же, как они проявляются в его повседневной жизни. Ввиду добровольности прихода духовного чада к батюшке и действию Божественной благодати в их общении, эти расстройства в отношениях проявляются довольно ярко. Именно здесь, на примере того, как эти отношения от стадии восхищения переходят в стадию конфликта, раскрывается во всей неприглядности скандальность, обидчивость, ревность, нетерпимость его отношений с другими людьми.

Таким образом, знание о существовании психологического феномена переноса, может предупредить возникновение тупиковых ситуаций в отношениях духовника и духовных чад, подсказать правильный выход из них.

Психологические Защита.

Психологическая защита — одно из центральных понятий современной психологии. Знание механизмов действия психологических защит и способов преодоления их может помочь священнику в разрешении многих внутренних конфликтов своих пасомых.

Психологические защиты — это неосознаваемые психологические процессы, направленные на то, чтобы уменьшить действие психической травмы. В жизни каждого человека может наступить момент, когда полное осознание происходящего может повлечь значительные негативные последствия для психики. Срабатывает психологический иммунитет. Жизнь человека в Церкви предполагает, что на определенном этапе происходит встреча человека с неприглядным, тщательно вытесняемым подлинным “Я.” Встреча со своим греховным состоянием, осознание своей немощи в борьбе с грехом является для человека серьезной психотравмой. Именно этому настроению, нежеланию осознать свою бесконечную отдаленность от Бога, Источника всякого добра, созвучны слова фарисея, который видимостью внешней обрядности пытался компенсировать свою душевную несостоятельность: “я не таков, как прочие люди.”

Для священника знание механизмов действия психологических защит необходимо. Во-первых, потому, что оно помогает разобраться в причинах невозможности для многих людей полного раскрытия своего душевного состояния не только в обычных отношениях, но даже на исповеди. Во-вторых, многие греховные страсти и, собственно греховные действия, именно по причине блокирующего действия психологических защит, мешающих конечному осознанию, остаются неискоренимыми долгое время, иногда всю жизнь.

Причины своей неискренности, лживости, непризнания даже очевидных фактов порой не могут понять не только сами кающиеся грешники, но даже и опытный пастырь. Знание механизмов действия психологических защит может помочь пастырю в работе над выработкой навыка их преодоления.

Священник Анатолий Гармаев так освещает особенности влияния психологических защит на духовную жизнь человека:

“Защитный механизм, допустив человека к знанию о том, что существует более высокий уровень духовной жизни, дальше, с момента, когда человек начинает работать над ликвидацией в себе защитного механизма, вступает в активное сопротивление. Выражается это очень по-разному. Человек до некоторого времени слушает информацию о том, как он устроен, но по мере того, как эти приобретенные знания все более и более касаются устройства его страстной эмоциональной природы, начинается внутреннее беспокойство, отторжение их, нежелания их понимать или же просто явное непонимание и предположение, что он “круто обманут.” С ним начинают говорить о чем-то, чего он не хочет, ему начинают предлагать что-то, чего он на самом деле не собирается делать. Крайние формы выражения этой защиты — интенсивная агрессия против тех знаний, которые говорят о необходимости глубокой внутренней переработки себя. Форм защит много, самых разных, начиная от эмоционального отторжения, жестких умственных соображений, теорий, философских позиций и заканчивая самыми тривиальными ярлыками, которые человек очень хорошо умеет наклеивать на все то, что ему не нравится” (“Психологический круг в семье,” готовится к изданию).

Если к священнику приходит за помощью человек, обеспокоенный своими проблемами и трудностями, желательно постараться создать с ним такие отношения, благодаря которым он почувствует свободу и безопасность. Цель священника — прежде всего понять, как

чувствует себя человек в своем внутреннем мире, принять его таким, каков он есть, создать атмосферу свободы общения, в которой он бы чувствовал себя легко.

Эта атмосфера может способствовать тому, что человек начнет ломать фальшивый фасад своего внешнего “Я,” сбрасывать защитные маски и роли, которые помогали ему уходить от более глубокого осознания самого себя. Слои за слоем, благодаря кропотливой работе священника, пасомый может избавиться от своих защитных реакций. Со временем на этом пути душевное “Я” человека, благодаря разрушению защитных стен, встречается с его подлинным, духовным “Я.” Человек вдруг узнает, насколько он следует в жизни тому, каким ему нужно быть в глазах окружающих людей, а не тому, каков он есть на самом деле. Обнаруживает, что существует в этом мире лишь как ответ на требования других людей. Ему кажется, что у него нет больше своего “Я,” и что он только старается думать, чувствовать и вести себя так, как, по мнению других людей, ему следует думать, чувствовать и вести себя.

Выяснение и осознание защитных механизмов, действующих в человеке, может оказаться важным этапом в преодолении вихрей и внезапных изменений настроения, раздражающих и доводящих до отчаяния, внутренних противоречий, которые так мешают в душевном и духовном росте. Итак, перечислим формы неосознанно действующих психологических защит и дадим им определения.

Вытеснение — форма психологической защиты, при которой психотравмирующий фактор исчезает из сознания, вытесняясь в подсознание (Подсознание — часть психики, в которой хранятся подавленные образы и их эмоциональные нагрузки, продолжающие воздействовать на поведение индивида).

К примеру, вытесняется в подсознание гибель близкого человека, особенно в случае, если у вытесняющего не было возможности лично видеть его мертвым. Вред от такой формы психологической защиты заключается в том, что человек не может начать устройство своей жизни вне зависимости от умершего близкого человека, делая несчастными окружающих любящих его людей.

Вытесняется также осознание некоторых фактов личной жизни, в которых человек проявил себя не с лучшей стороны, некоторые желания, стремления, отрицательные черты характера, враждебность к близким, властолюбие. Итак, греховные стремления и желания вытесняются, но человек достигает, добивается осуществления желаемого под благовидными предложениями. Например, молодой человек, желающий стать священником, утверждает, что он желает прежде всего “послужить Церкви.” Духовник должен помочь ему проанализировать его стремления, которые могут исходить из обычных тщеславно-властолюбивых побуждений, желания тех привилегий и почестей, которыми окружен священнослужитель, вытесненными, но реально живущими в человеке.

Почему же эта форма психологической защиты так вредна? Объясним на примере. Человек заработался и вовремя не поел. У него закружилась голова, он принял таблетку. Ему стало легче, а потом опять — слабость. Опять что-то принял. Но становится все хуже и хуже. Единственное, что может по-настоящему помочь, — осознание того факта, что причина слабости в том, что человек голоден и должен поесть.

Вытесненный элемент остается частью души, хотя и бессознательной, и по-прежнему остается проблемой, создавая внутренний дискомфорт. Вытеснение не осуществляется раз и навсегда, но требует постоянного расходования энергии для поддержания подавления, а подавляемое постоянно стремится найти выход.

Некоторые психосоматические заболевания, такие, как астма, артрит, язва, а также вялость и отсутствие душевных сил могут быть связаны с работой вытеснения.

Чем больше защитные механизмы, “жалей” человека, сохраняя его от внутреннего потрясения сокрытием осознания правды о себе самом, будут вытеснять реальные факты жизни в бессознательное, тем чаще его отношения с Богом, людьми и собственной совестью будут заходить в тупик.

Все вытесненное нужно вернуть в сознание и осмыслить. Опытный духовник, знающий проблемы и душевное состояние своего духовного чада, обязательно подскажет подлинные причины тех или иных поступков или затруднений, посоветовав пережить смерть близкого человека, трансформировать свое “желание послужить Церкви” в направление прежде всего внутреннего, а не внешнего роста, избавиться от недоверия к людям осознанием ранее несознаваемой враждебности к ним, прежде всего наладив с ними отношения.

Проекция — форма психологической защиты, при которой неосознаваемые личностные негативные качества или потребности проецируются на других людей, что позволяет сделать исходные чувства более приемлемыми.

Например, человек, испытывая чувство антипатии к своему начальнику, приписывает ему чувства раздражения и неприязни по отношению к себе и другим. Таким образом, собственное чувство неприязни может быть оправдано, что избавит человека от угрызений собственной совести.

“Эта реакция возникает в результате неспособности признать свою ответственность за определенные идеи и нежелания выносить порождаемый ими внутренний разлад” (дискомфорт; Настольная книга священнослужителя, стр. 326).

Проекция вызывает чувство изолированности, непонятности, несправедливости по отношению к самому себе. Вместо общения с другим человеком, “непонятый” общается с собственной тенью, брошенной на другого. В качестве характерного примера проекции вытесненных в бессознательное плотских влечений можно привести ханжество т.н. “старых дев.” Они, действительно, могут не испытывать блудных страстей, но при этом могут подозревать в них каждого.

Проецируется, например, стремление к власти, но по механизмам проекции обвиняются в этом окружающие. Характерная реплика человека, любящего власть, но подозревающего в этом других: “Я пока еще здесь начальник!”

“В некоторых случаях при проекции переносится не содержание (неприемлемая идея, желание, чувство и т.п.), но происходит замещение внутреннего напряжения внешней угрозой. Некоторые люди, например, бессознательно предпочитают жить с мыслью, что они окружены “врагами,” не отдавая себе отчета в том, что в их собственном сознании скрыты агрессивные желания. В этом случае внутренняя угроза маскируется “отрицанием,” а для оправдания беспокойства создается внешняя псевдоугроза” (Там же).

По тому, за что человек осуждает других, пастырю несложно понять, что он из себя представляет. Т.е. можно предположить: какие страсти задевают пасомого в другом человеке, именно такие и гнездятся в его сердце.

Так, например, человек, который по много часов в день возмущается всеобщим развратом, растлением малолетних, безнаказанностью торговли порнографическими изданиями и видеофильмами, вполне вероятно, сам много думает об этом. Человек, который утверждает, что никому нельзя верить, вполне вероятно, сам не гнушается обмануть кого-либо.

Проекционные механизмы вскрыты в известном Евангельском отрывке: *“Не судите, да не судимы будете, ибо каким судом судите, таким будете судимы, какою мерою мерите, такую и вам будут мерить”* (Мф. 7:1-5).

Очень важно иметь в виду: если пастырь сам не освободится от своих вытесненных проекционных комплексов, он будет проецировать их на свои отношения с пасомыми, наиболее подробно расспрашивая их именно о тех грехах, которые чаще всего волнуют его самого.

Проекционные механизмы выявляют причину непонимания между людьми. Например, человек, наделенный определенными положительными качествами, проецирует их на других (“надеюсь, что у него заговорит совесть”), но каждый человек индивидуален, поэтому достаточно ошибочным будет разочаровываться в людях, по причине того, что они не проявляют тех свойств души, которые, как безусловные, свойственны нам.

Проекция грубо нарушает общение, делая человека или чрезмерно подозрительным, или чрезмерно беспечным.

Из законов проекции следует необходимое для современного духовника правило: в случае, когда человек обращается за советом, не спешить тотчас выдавать цитаты из святоотеческих книг, не связывать его благословениями. Правильнее будет подвести самого человека к самостоятельному формулированию приемлемого ответа, тем самым научая его брать на себя ответственность за правильное решение, сделанное в присутствии духовника.

Если вытесненный отрицательный недостаток не удастся спроецировать, то нередко он подвергается трансформации.

Трансформация — форма психологической защиты, при которой вытесненные в бессознательное отрицательные черты характера превращаются в положительные.

В таком случае глупость объясняется эмоциональностью, грубость и жестокость — силой воли. Трусость трансформируется то в щедрость, то в вежливость, то в предусмотрительность (при страхе вступить в открытый конфликт). Началом борьбы с трансформацией является признание своих недостатков.

Сублимация — форма психологической защиты, при которой вытесненная в бессознательное энергия нереализованной потребности переводится в другой канал.

Сублимация обычно сочетается с вытеснением. Наиболее типичный пример — энергия вытесненных бессознательных сексуальных влечений может быть переведена в канал творческой деятельности и долгое время не беспокоить человека. Однако при этом творческое произведение будет нести на себе, возможно, не явный, но психологически глубокий, отпечаток этой страсти.

Длительная сублимация ведет к неврозам. Исследователи отмечают, что сублимироваться может не только вытесненное сексуальное влечение, но и другие потребности. Например, энергичные занятия спортом дают выход чувству ярости, желание доминировать над другими людьми обращается в организаторскую деятельность в сфере благотворительности.

Преодоление этой формы психологической защиты — осознание и принятие в сознание подлинных побуждающих причин тех или иных действий и сердечных расположений человека.

Идентификация — форма психологической защиты, при которой на неосознаваемом уровне приписываются себе те свойства и качества, которые имеются у других людей, чаще авторитетов, а также идеи и социальные нормы.

У ребенка в первые годы жизни происходит идентификация с окружающим как естественное проявление его психологической природы. Если родители благополучные — ребенок, идентифицируясь с ними, тоже вырастает благополучным, жизнерадостным — жизнерадостным, и т.п. Известно правило, основанное на принципе идентификации: воспитывают не слова, а поступки.

В подростковом возрасте ребенок начинает идентифицировать себя с героями улицы, стараясь быть похожим на них, рок-звездами, с “крутыми” героями боевиков... Но именно во взрослой жизни идентификация приобретает вид психологической защиты. У каждого человека существует тенденция к росту, к тому, чтобы “стать самим собой,” дойти до своего жизненного предназначения. Если человек не знает, не чувствует, как развиваться в соответствии со своей природой, своими жизненными целями, он начинает кому-то подражать. В результате этого собственно свои способности человек не развивает. Рано или поздно начинает развиваться невроз, который периодически “снимается” с помощью идентификации. Человек начинает критиковать начальство, любого человека, добившегося в жизни больше, чем он, и в этот момент будет чувствовать себя лучше. Почему — лучше? Потому что в это время критикующий чувствует себя выше критикуемого, удовлетворяется страсть гордости, ненависти, гнева и самопревозношения.

Идентификация ведет человека в тупик недоверия и одиночества. Обжегшись на одном человеке, он начинает недоверчиво относиться ко всем, идентифицируя всех с причинившим боль или предавшим человеком: “Все люди злые (корыстные, нечестные),” “Никому нельзя доверять” и т.п.

Идентификация — наиболее тяжелая для **купирования форма психологической защиты, ибо входит в структуру характера и представляется как нечто само собой разумеющееся, чаще всего имея свое основание в эмоциональных запечатлениях детства.

Пастырю необходимо воспитывать в человеке открытость, доверие к людям, любовь, искренность, заботу о ближнем, умение отдавать душевное тепло, проявляемые вне зависимости от того, как он воспринимает такое отношение к себе.

Образование противоположных реакций — форма защиты, при которой вместо вытесненных в бессознательное определенных мыслей и чувств выражаются прямо противоположные.

Наиболее частый пример — мальчик всячески обижает девочку, к которой испытывает симпатию. Происходит это часто неосознанно. Не сумев добиться взаимности или получив отказ, мальчик испытывает чувство обиды. Последняя вытесняется в бессознательное и вместо этого в сознании возникает чувство неприязни, которое проявляется в соответствующем поведении. Девушки также нередко выставляют на посмешище тех юношей, к которым испытывают влечение. Защитный характер проявляется в том, что, с одной стороны, проявляются чувства самоуважения и независимости, а с другой — человек лишается необходимых ему тепла и любви. Если к этой форме защиты примешивается рационализация и интеллектуализация, происходит теоретическое обоснование жестокого, вплоть до садизма, обращения с людьми “для их же пользы.” Еще один пример — ласкать тех детей, которых не любят.

Образование противоположных реакций формируется в раннем детстве под влиянием родительского воспитания. Родители удовлетворяют потребности ребенка и заботятся о нем. Ребенок их любит. Но поскольку они же ограничивают удовлетворение их желаний, у ребенка формируется враждебное отношение к ним, которое вытесняется в бессознательное и при определенных условиях образует противоположные реакции.

Эта форма психологической защиты уродует отношения человека с другими людьми. Поскольку отрицаемая потребность должна затемняться снова и снова, а сил на это уходит много, человек, использующий психологические защиты, может восприниматься или как безжизненно-вялый, или как вызывающе-экстравагантный.

Пастырская помощь: научить человека не бояться выражать свои подлинные мысли и чувства, свое теплое отношение к людям, предупреждая тем самым действие этого защитного механизма.

Образование “симптомов” — форма психологической защиты, при которой во время действия психо-травмирующего фактора возникают психосоматические явления, позволяющие отложить решение проблемы.

Нужно срочно решить личную проблему, а человек заболевает, и становится неспособен к ее решению. При обследовании не выявляется никакой патологии, но продолжается действие симптома: головные боли, боли в кишечнике, неприятные ощущения в области сердца, кашель и т.д. Сообразно с симптомами назначается лечение — активно лечась от несуществующей болезни, человек чем-то все же заболевает.

Пастырская помощь — помочь выявить ситуацию, повлекшую возникновение симптома, настроить на решимость о выходе из тупика возникшей проблемы.

Вымещение — форма психологической защиты, при которой негативная эмоциональная реакция направлена не на ситуацию, вызвавшую психотравму, а на объект, имеющий отношение к психотравме.

Чаще всего можно наблюдать эту форму защиты в вымещении зла или обиды на начальника или старшего на младшем, или на члена семьи (“папа пришел с работы раздраженным, наверное, начальник обругал, ну теперь держись!”).

Пастырь должен научить пришедшего к нему доводить конфликт до логического конца: или согласиться с точкой зрения конфликтующей стороны (смириться), или спо-

койно и вежливо разорвать отношения, коль они потеряли актуальность, но ни в коем случае не обрывать отношения в гневе, озлоблении или обиде.

Уход — форма психологической защиты, при которой человек неосознанно избегает психотравмирующей ситуации.

Это своего рода поведение страуса. Уход от психотравмирующей ситуации дает временное облегчение, но потребности и цели остаются нереализованными и неудовлетворенными. Практически это выражается в необдуманных разводах, увольнениях с работы по причине конфликта с начальником, уходах из монастыря по причине “подавления личности” и т.п.

Пастырь должен научить человека важному принципу: нельзя уходить, увольняться, разводиться, если находишься в конфликте. Необходимо изжить конфликт, — т.е. примириться, обвинив себя, выйти на уровень человеческого понимания с человеком или начальником, отношения с которым зашли в тупик и дальше продолжаться не могут, — и только после этого, по совету святителя Игнатия Брянчанинова, думать о выборе нового жизненного пути.

Перенос (замещение) — довольно частая форма психологической защиты, при которой чувства, стремления, желания, влечения и цели, которые должны быть направлены на один объект, направляются на другой.

Переносу как психологическому явлению посвящена отдельная глава. Здесь же упоминается перенос как форма несознательно действующей психологической защиты.

К распространенным примерам можно отнести перенос естественной для семейной жизни заботы жены о муже на сверх-заботу о детях. Матери, привязанные к детям посредством переноса, препятствуют их вступлению в брак (“если ты меня бросишь, я этого не переживу”), перенос любви, которую должен получить муж, на сына, не нуждающегося в этой любви, (которая навязчива и утомительна для сына).

В случае, если человек имел слабую, безвольную мать, в его жизни может происходить подсознательный поиск сильной, авторитарной матери. И если на раннем этапе ее функцию может заменить авторитарная учительница, что, в принципе, еще не приведет к искажению духовной природы человека, то в совершеннолетнем возрасте такой поиск может продолжиться в поиске сильной женщины, которая покрыла бы его материнскую потребность. Многим из нас известен тип сильной жены-матери при слабом муже, выполняющем в семье роль опекаемого сына. Поначалу отношения кажутся идиллическими, но в виду наличия переноса как формы психологической защиты с течением времени они, как правило, дают крен и разрушаются окончательно, когда люди понимают, что подлинно друг в друге они видели все через искажающую призму невротических отношений.

Перенос может наблюдаться и в отношениях со священником. Часто в пастыре видят родителя или другую авторитетную фигуру детства и переносят на него свои соответствующие этой фигуре чувства. При этом, если отношения складываются успешно, при переносе правильное поведение пастыря способствует исправлению греховных навыков приходящих к нему, т.е. перенос на определенном этапе может служить положительным механизмом формирующего пастырского воздействия.

Однако, если такие отношения длятся долго, перенос мешает делу духовного становления человека. Например, пасомый избавляется от тревожащей ответственности за собственную жизнь и необходимые для нее ответственные решения путем ежедневного (иногда — ежеминутного!) испрашивания благословений на всякие несущественные мелочи.

Пасомый может видеть в пастыре подсознательного соперника, при этом разрушает нормальные с ним отношения, конфликтует, для того, чтобы посрамить его, доказав его несостоятельность. Иногда пастырь в процессе переноса становится объектом сексуальных влечений женщин, которые на неосознаваемом уровне проецируют на него свои женские чувства.

Преодоление переноса — сохранение первичной цели. В жизненных ситуациях — это раскрытие до конца своих профессиональных возможностей. В семейных — подлинная, отдающая себя любовь, “не ищущая своего,” “сорадующаяся истине.” Если человек не обретает объекта подлинной, ответственной за любимого любви, обязательно возникает противоестественное приложение любовных сил, связанное с переносом, при котором полного удовлетворения потребностей не наступит. В следствие этого возникает невроз.

Рационализация — форма психологической защиты, при которой неприемлемые для морали импульсы, исходящие из сферы влечений, заменяются ложными мотивами, которые мораль допускает, и даже (в некоторых случаях) требует.

Другими словами, это нахождение приемлемых причин для неприемлемых действий.

Считается, что, благодаря рационализации, человек, не изменяя шаблонным принципам, свойственным “большинству,” в то же время может продолжать чувствовать себя личностью. Пример рационализации: муж, пренебрегающий своей женой и собирающийся в гости без нее, может успокаивать свою совесть тем, что супруга застенчива, и не получит радости от пребывания на вечеринке. Еще пример: жена, изменяющая своему супругу с другим, объясняет отсутствие своей вины тем, что “он не дает ей необходимого душевного тепла.”

Или еще пример: человек совершает какие-то действия, делая другому добро, убеждая и себя и других в собственном бескорыстии. На самом же деле он это делает исключительно для того, чтобы самоутвердиться. В данном случае приносимое близкому человеку “добро” заключается в эгоистической потребности заботиться о другом. В результате любимый человек буквально вынужден терпеть ненужные ему проявления заботы и любви от подобного “добротного тирана-заботника.”

Борьба с рационализацией крайне трудна. Однако первым шагом на этом пути является признание подлинной природы своих желаний, мыслей и чувств, а затем попытка сообразовать с Евангелием выведенные из-под действия защит желания, мысли и чувства.

Интеллектуализация — форма психологической защиты, при которой человек при помощи пространных рассуждений, построения гипотез и теорий пытается объяснить неудачи своей жизни сложившимися обстоятельствами, а не личной несостоятельностью.

Эта форма защиты очень распространена в нашей жизни. В школьной жизни ученики объясняют неудачи в учебе несостоятельностью учителей.

Свои взрослые жизненные провалы люди объясняют тем, что им не повезло (с мужем, с родителями, с детьми, с духовником, с начальником, с подчиненными). Фраза, характерная для людей, подверженных этой форме защиты: “Как можно чего-либо добиться в таких условиях?” выносит причину личностной несостоятельности вовне и оправдывает пассивность в отношении к жизненным трудностям. Возражения, предложения проанализировать свою ситуацию, сопоставить с другими, аналогичными, вызывают новый поток интеллектуализации.

Чаще всего сложной интеллектуализации подвергается поведение начальника, каждое его слово, каждый жест трактуются своеобразным образом. Многие формы ревности носят характер сложных интеллектуализации. Иногда при помощи интеллектуализации удается привлечь на свою сторону других людей, вызвать сочувствие и получить помощь, не меняя самого себя. Но через некоторое время становится ясно, что неудачи связаны не со внешними обстоятельствами, а со структурой своей личности. Но менять себя пасомый не хочет.

Рационализация и интеллектуализация используют для защиты один и тот же психический процесс — мышление. Разница в том, что при рационализации человек пытается обосновать неверные поступки, а при интеллектуализации объясняет свои действия или бездействие “объективными обстоятельствами.”

Оглушение — форма психологической защиты, при которой эмоциональное напряжение, связанное с психической травмой, снимается с помощью алкогольных напитков или наркотиков.

Действительно, после выпивки становится легче, мир становится прекрасным, люди добрыми, человек не осознает свои нерешенные проблемы. Почему? Сигналы неблагополучия перестают доходить до сознания. Ко временно снятой проблеме добавляется еще одна — алкогольная зависимость.

Как бороться с оглушением? Понятно, что формальные запреты на употребление алкоголя ни к чему не приведут. Фармацевтам известно, что в небольших количествах алкоголь присутствует в нашем организме, так как является одним из промежуточных продуктов при распаде глюкозы. Многим известен подъем настроения во время

спортивных упражнений, выполняемых без перегрузки или во время физической работы. Дополнительный выброс алкоголя в кровь происходит при достижении успехов в каком-либо деле. Можно сказать, что в нормальных условиях чувство радости имеет свое биохимическое обеспечение — эндогенный алкоголь. В норме это происходит после успешного решения проблемы. Организм расслабляется, можно отдохнуть.

Если имеют место неудачи, проблема не решена, эмоции становятся отрицательными (тревога, страх, тоска). Польза отрицательных эмоций заключается в том, что они активируют мыслительный процесс, который может способствовать решению проблемы и привести к реальной радости осознания своего выхода из тупика. Прием спиртных напитков, временно снимая отрицательные эмоции, оглушая, блокирует мыслительный процесс, и решение проблемы откладывается.

Лучшая профилактика оглушения — это реализация творческого потенциала человека и овладение навыками православного устройства духовной жизни.

Умение обустроить отношения с людьми, а не бежать от этого в состояние алкогольного опьянения, позволяет не впасть в ошибку, когда познакомишься с новым человеком, избежать конфликтов в общении с близкими, выйти из конфликта, если уж он случился, с наименьшими потерями.

Экранирование — форма психологической защиты, при которой для снятия эмоционального напряжения принимаются успокоительные средства.

Несколько напоминает оглушение. Но есть разница. Человек остается трезвым. Он не подвергается осуждению, у него даже восстанавливается работоспособность. Транквилизаторы помогают при тревоге, навязчивостях, обладают иногда расслабляющим, а иногда и стимулирующим действием. Но ведь при этом не происходит процесс осмысления и преодоления причин. Человек продолжает делать то, что делал раньше, т.е. проблемы углубляются. Острота жизненной проблемы, которая могла бы способствовать раскаянию, уходит, наступает состояние ложной успокоенности. Однако, рано или поздно наступает еще более выраженное обострение.

Фактически при помощи экранирования мы, как вор с отмычкой, заходим в неприкосновенные запасы организма. Создается видимость благополучия, а потом наступает еще более тяжелый срыв.

К сожалению, успокоители помогают, а иногда и очень быстро. В психиатрической практике часто наблюдались такие случаи, когда после быстрого улучшения от лекарственного лечения больные возвращались в активную жизнь, продолжая вести себя прежним образом, а потом поступали в клинику в еще более тяжелом состоянии, чем до лечения. Помочь потом им было гораздо труднее.

Конечно, иногда назначение препаратов оправдано, но в таких дозах, чтобы они не снимали полностью всех симптомов, но доводили больного до такого состояния, при котором он мог бы участвовать в анализе причин своего нервного срыва и был бы способен к сознательной проработке причин своей болезни.

Игание ролей — форма психологической защиты, при которой усваивается определенный шаблон поведения, не меняющийся, несмотря на изменение ситуации.

Так, на первый взгляд, легче жить.

Учитель, считающий, что он все время должен “сеять разумное, доброе, вечное,” играет роль учителя в любой ситуации, а не только на школьном уроке. Тогда он становится невыносимым в семье, неприятным при неформальном общении на дружеских встречах, вступает в конфликты с незнакомыми детьми и их родителями в общественных местах, делая замечания детям и упрекая родителей за то, что те не следят за своими детьми. Военный, играя роль, начинает по уставу воспитывать жену и детей. Лектору, если он в роли, не задашь дополнительного вопроса. Всем нам знакомы начальники, которые никак не могут выйти из роли. Их псевдодемократическое барственно-нисходительное похлопывание по плечу подчиненных, которое, как им кажется, свидетельствует об их близости к “народу,” вводит в заблуждение только их самих. Как и при других формах

психологической защиты, играние ролей предохраняет от “уколов,” но одновременно лишает теплых взаимоотношений, так необходимых для благополучного существования. Изменение объективных условий существования мало что меняет в лучшую сторону в судьбе человека, находящегося в роли. Женщина в роли жены алкоголика, сколько бы раз ни выходила замуж, все равно будет жить с алкоголиком.

О преодолении играения ролей наиболее подробно написано в книгах Эрика Берна “Игры, в которые играют люди,” “Люди, которые играют в игры.”

Окаменелость — форма психологической защиты, при которой чувства практически не имеют внешнего проявления.

Действительно, к человеку с каменным лицом не подойдешь. Сквозь броню не уколоть, но ведь и не погладить! При окаменелости человека трудно обидеть, но ведь невозможно и приласкать. На какое-то время это его защищает, но потребность в теплых отношениях не удовлетворяется, развивается чувство одиночества, и появляются невротические срывы или психосоматические заболевания.

Окаменелость воспитывается наиболее интенсивно. С раннего детства ребенка обучают сдерживать свои чувства, держать себя в руках. Хочется чуть ли не убить своего обидчика, но нельзя. От бессильного гнева кулаки сжимаются так сильно, что ногти впиваются в ладони... И человек убивает не другого, а самого себя. Если так продолжается достаточно долго, удержанный гнев приводит к язве желудка и к повышению давления.

Окаменелость формируется постепенно. Вначале человек сознает, что он себя сдерживает, потом привыкает к этому состоянию и уже не ощущает, что не дает выхода своим личностным проявлениям. При этом затрачиваются значительные душевные усилия.

Православный человек имеет возможность разряжать напряжение накапливающихся импульсов гнева посредством раскаяния в них как в греховных состояниях. Однако, если покаяние понимается только формально, человек или гневается, или “ведет себя прилично,” прячась за маской окаменелости.

Окаменелость проявляется соответствующими выражениями лица. Например, если вытесняется и сдерживается гнев, человек поджимает губы, сводит брови, раздувает крылья носа. Постепенно напряжение перестает ощущаться и сознаваться как гнев, но у такого индивида постоянно недовольное выражение лица.

Каждое вытесненное чувство имеет свои мышечные зажимы и характерную маску лица, по которым мы узнаем труса, тревожного человека, глупца, озлобленного и пр.

Сутулость и иные дефекты осанки, характерные позы и положения тела тоже позволяют судить о том, какие чувства сдерживаются при помощи окаменелости. Формируется характерный мышечный панцирь. Когда находящийся в таком панцире человек начинает двигаться, ему приходится преодолевать неосознаваемое им фоновое напряжение мышц. При этом движения теряют плавность, появляются характерное выражение лица, поза и жестикация.

Если окаменелость продолжается долго, происходит отвердение характера. Полностью теряется непосредственность. Человек перестает иметь живые проявления; он сосредотачивается на том, чтобы выполнить требования своего характера. Исчезает психологическая гибкость, существовать человек может только в таких условиях, когда требования характера полностью соответствуют требованиям среды и потребностям организма. Ма-

лейшее изменение ситуации делает человека полностью декомпенсированным. Он становится похож на насекомое, которое гибнет, как только изменяются условия среды.

Выход из этого состояния, даже при осознанности его как проблемы, непросто. Человек, привыкший жить не внутренними потребностями своей души и своего духа, а внешними требованиями, выдвигаемыми другими людьми, окружением, или же им самим установленными рамками субъективных представлений о том, каким он должен быть, оказывается настолько лишенным осознания собственного “Я,” собственных потребностей, что его первые шаги на пути к самому себе кажутся неестественными, неловкими, угловатыми. Возникает впечатление, что человек начал проявлять свои чувства “от ума,” т.е. от интеллектуального осмысления того, какими они должны быть во внешнем выражении, коль уж наступила необходимость их проявлять.

Научить жизни во всех ее позитивных проявлениях на уровне передачи интеллектуального знания об этом невозможно. Наиболее эффективным будет, если пастырь привлечет к сотрудничеству в каком-либо общем деле человека, желающего избавиться от психологической защиты окаменелости. В данном случае духовник сможет (по резонансу, возникающему в процессе совместного действия в процессе формирующихся между ними отношений) научить пасомого полноте душевных проявлений с другими людьми.

Компенсация — форма защиты, при которой чрезмерно развивается одна наиболее выраженная способность в ущерб другой.

Например, умный, но физически слабо развитый мальчик компенсирует свой недостаток тем, что интенсивно изучает шахматную игру и добивается в этой области заметных успехов. На какое-то время это успокаивает, но рано или поздно соматическое неблагополучие может привести к болезни, а плохая осанка и хилый вид помешают добиться взаимности в любви.

Гиперкомпенсация — форма психологической защиты, при которой интенсивно развиваются навыки, к приобретению которых нет способностей.

Примером гиперкомпенсации является приход физически слабого подростка в секцию **ушу**, чтобы обучиться борьбе и потом избить своего обидчика. На какое-то время гиперкомпенсация успокаивает, но вряд ли приведет к счастью одностороннее развитие любой способности.

Юмор — форма защиты, которая используется индивидом для скрытия от себя и других вытесненной в бессознательное недостигнутой цели в жизни.

В таких случаях юмор становится формой самоутверждения. Нередко последней пользуются люди с блестящим и живым умом.

Они легко и отлично учатся. Живой юмор делает их душою общества и компенсирует их не всегда блестящие внешние данные. Они не концентрируют свои усилия на углубленном приобретении профессии. В компании они вызывают обиду у тех, над кем подшучивают. Это про них сказано: “Ради красного словца не пожалеют и отца.” У таких людей много не столько врагов, сколько недоброжелателей, которые используют их шутки в других местах. Но главное, в процессе дальнейшей жизни они отстают от тех, над кем подшучивали, не могут достигнуть той цели, которая вызвала бы успокоение в душе. И постепенно они становятся повышенно тревожными и озлобленными.

Нередко подшучивание над другими становится единственным способом самоутверждения. Один философ сказал, что ирония уместна лишь как педагогическое средство в общении учителя с учениками. В других случаях ирония — это бесчинство. Кроме того, привычка к иронии портит характер, она постепенно придает ему черту злорадного превосходства: со временем опытный юморист начинает походить на злую собаку, которая, кусаясь, научилась к тому же смеяться.

Эта форма защиты распространена в компаниях нашей молодежи и кажется на первый взгляд весьма безобидной. Но, как и все формы защиты, она весьма энергоемка и отвлекает от поставленных целей, ибо, как алкоголь и наркотик, она быстро дает насмешнику наслаждение, корень которого — в развившейся до больших размеров страсти тщеславия.

При кажущейся простоте, рекомендация перестать шутить над другими вызывает массу рационализации и интеллектуализации. Поскольку вред этой формы защиты выявляется слишком поздно, избавиться от нее бывает так же трудно, как от наркотика.

Поначалу общение с таким человеком может разрядить напряженную обстановку, способствовать быстрому установлению теплых контактов, но затем ситуация приобретает неуправляемый характер — первенство в разговоре “шутника” не уступит никому, даже священнику, оказавшемуся в его компании. В процессе общения с ним, священник сам может оказаться под шквалом его шуток, ироний и остроумничаний.

Постоянно шутящий человек боится себя, собственной глубины. Священнику очень трудно привести психологически одинокого “шутника” на уровень осознания своего одиночества, невозможности идти вглубь, того жизненного тупика, в который он оказался загнанным собственным “остроумием.”

*** **

У многих людей существует целая система психологических защит, на образование которых уходит много энергии. Вначале ее хватает и на удовлетворение реальных потребностей и на формирование защит. Но возникновение хотя бы одной из форм психологической защиты приводит к появлению другой. Рано или поздно потребности перестают удовлетворяться и развивается невроз.

Но и сам невроз становится формой защиты. Человек, перегруженный защитами, из океана жизненных бурь попадает в более спокойную гавань болезни. И тогда задачей его лечения становится снятие этих защит и обучение плаванию в океане жизни.

Психологические защиты, которые вначале помогают человеку выжить, впоследствии высасывают из него душевные силы, которые необходимы для повседневной и творческой жизни. В силу этого человек оказывается неспособным приспособиться к жизни, начинает или замыкаться, или обвинять других в своих злоключениях.

Действие психологических защит энергетически обеспечивают множество страстей и греховных состояний человека, определения которых начинаются со слова “само-.” Имея это в виду, для эффективной душепопечительной помощи пастырю необходимо уметь выявить эти защиты и через их осознание помочь раскаяться в греховных страстях и греховных состояниях, стоящих за ними.

Приемлемые психотерапевтические подходы и методы.

Душевная жизнь человека во многом зависит от внешних условий его проживания. С середины XX века на человечество обрушился целый шквал невиданных доселе явлений, которые значительным образом повлияли на психическое состояние как отдельных людей, так и общества в целом.

В нашем обществе грех настолько укоренился, что воспитание и развитие человека уже с младенчества формируют его предрасположенность к душевным заболеваниям. Сегодня пастырям приходится сталкиваться с людьми, которые психологически почти не способны вести жизнь хотя бы приблизительно напоминающую православный уклад наших благочестивых предков.

Современное развитие психологии приводит к открытиям и разработкам методов лечения души человека, которые тем или иным образом на протяжении многих лет органически присутствовали в православной церковной жизни. В этих совпадениях мы получаем контакт между современной психологией и пастырским душепопечением, благодаря которым неверующий психолог может воочию убедиться в том, что Церковь имела богатый опыт реальной психологической помощи еще задолго до того, как были сделаны фундаментальные научные открытия в области психологии. А пастырь, в свою очередь, может узнать об иных принципах душепопечения (т.е. психологической помощи), которые сформулированы в современной психологической науке. Кстати, именно этот факт способствовал обращению в Православие немецкого ученого-психиатра Э. Кречмера, констатировавшего, что его пререход в Православие связан с осознанием того, что православное учение наиболее полно и глубоко отражает психические процессы в человеческой душе. (Православная Церковь свидетельствует. Исцеления истинные и ложные..., Пермь, 1998 г.).

Нет нужды говорить о том, что большинство современных пастырей не обладают той мерой духовности, той мерой богообщения, которые в древности были присущи благодатным старцам. Именно благодаря этим качествам они успешно поднимали человека из глубины падения и приводили его к покаянию и спасению. Однако, и сегодня перед каждым священником стоит задача раскрытия возможности другой жизни, иного проживания, чем то, которое сложилось ввиду воспитания, образования, окружения и стало мировоззрением, “картой мира” воцерковляющегося человека. Пастырь может показать человеку то, каким он может стать, т.е. раскрыть ту красоту его богоподобия, которую можно приобрести, поднимаясь по лестнице исполнения заповедей Божиих. Важно суметь расширить, открыть и показать возможность иных путей, нежели те, которые ведут к погибельным самозамкнутости и самодостаточности. Желательно, чтобы пастырь попытался снять ограничения, наложенные воспитанием, обществом и другими факторами, помог человеку подойти к тем границам, за которыми становится возможным восприятие слова Божия и вхождение в жизнь церковную. Со временем они станут частью его собственного опыта, собственного переживания.

Уповая на содействие Божие, от которого зависит исход душепопечения, пастырю необходимо и самому прилагать усилия к оказанию помощи теми или иными практическими средствами. Преподобный Иоанн Лествичник в “Слове к пастырю” говорит об избирательности средств и индивидуальности подхода к каждому из пасомых. Уподобляя пастыря врачу душ, он советует стяжать ему

“пластыри, порошки, глазные примочки, пития, губки, небрезгливость, орудия для кровопускания и прижигания, мази, усыпительные зелья, ножи, перевязки. Если мы не имеем

сих припасов, то как покажем врачебное искусство? (Преп. Иоанн Лествичник. Слово к пастырю, гл. 2, п. 1).

И далее преподобный Иоанн разъясняет символическое значение каждого из перечисленных средств. Пастырю необходимо научиться всматриваться, вслушиваться, вчувствоваться в человека.

“Тем, которые подобны крепким юношам, ревностно и мужественно подвизаются на духовном поприще, предлагай лучшее и высшее, а тех, которые разумением и жизнью остаются позади, питай молоком, как младенчеству. Ибо для всякой пищи есть свое время: часто одна и та же пища в некоторых производит усердие, а в других печаль. При сеянии духовного семени должно рассуждать о времени, о лицах, о количестве и качестве семени” (Преп. Иоанн Лествичник. Слово к пастырю, гл. 12, п. 1).

Однако, к прискорбию, приходится признать наличие в современном духовничестве директивного, грубого вторжения пастыря во внутренний мир человека с перестройкой (а часто и ломкой) пасомого “под себя,” создание духовником духовного чада “по своему образу и подобию.” Иногда подобные действия проявляются как следствие самомнения и гордыни священнослужителя. Однако, хочется считать, что чаще всего попытка подогнать пасомого под свой, субъективный религиозный опыт проявляется в современном пастырстве вследствие незнания иных подходов, иных путей душепопечения. Более того, в литературе по пастырскому богословию почти не встречается практического руководства такой работы.

О некоторых ошибках подобного душепопечения, о практических методах и приемах пастырской помощи и пойдет речь в этой главе.

Довольно часто от современных священников можно услышать рассуждения и святоотеческие цитаты о необходимости борьбы со страстями. Однако контекст рассуждений таков, что вместо искоренения страсти человек начинает подавлять гневающуюся часть души, вложенную в него Богом. После некоторого времени, проведенного в такой (неправильной!) душевной работе, человек становится безжизненным, лишенным всякого интереса, подавленным, пребывающим в оскудении душевных сил, но считающим себя достигшим некоторого успеха, т.н. “бесстрастия.” Таким образом происходит подмена святоотеческого учения о достижении подлинно высоких духовных состояний отцов-подвижников ложной духовностью, не имеющей с подлинной ничего общего. Жертв подобного воспитания можно видеть во многих современных храмах и монастырях: безвольные, апатичные, лишенные целеустремленности и ответственности, но крайне ранимые юноши и девушки, неспособные самостоятельно решить ни одного серьезного жизненного вопроса. Духовник первоначально может испытывать радость от подобного “исправления” человека, однако затем он начинает тяготиться его инфантильностью и назойливостью и не знает, как выйти из ситуации.

Что же происходит на самом деле? Ведь вроде бы все делается правильно, “по благословию.” Необходимо дать определение понятию “благословение” в контексте поднятой проблемы.

Благословение в определении пастырской психологии можно определить как благое слово духовника, полагаемое на ответственное решение духовного чада. К сожалению, большинство неопитов видят в жизни по благословию возможность ухода от ответственности за свои действия и поступки. Безответственные решения и необдуманные

шаги приносятся под благословение духовнику для того, чтобы, не долго думая, всю вину за то, что не получится, свалить на батюшку.

Подобные люди изо всех сил стремятся заставить или убедить священника принять решение за него. Одна из главных задач пастыря — не допустить этого. Чтобы все-таки добиться этого, окормляемый будет преувеличивать свою беспомощность, подталкивая пастыря к тому, чтобы он взял на себя полноту заботы о человеке и ответственность за его жизнь и поступки.

Находясь в критической ситуации или же просто уходя от ответственного решения, окормляемый будет пристально изучать каждое слово, каждый жест священника, анализируя затем каждое слово, возможно, даже случайное, ища ключи разгадки того, каковым духовнику видится правильное решение.

Независимо от своей умудренности и опытности, большинство людей желают найти духовника, который освободил бы их от бремени ответственности. Разочарования и обиды, бесчисленное количество которых известно каждому священнику, зачастую происходят оттого, что пасомый рано или поздно понимает, что духовник не избавит его от бремени ответственного решения.

В подобных случаях пастырь обязан обратить внимание на степень личной ответственности за тот или иной поступок человека, и только после этого призвать помощь Божию посредством благословения.

Священнику необходимо уметь, указывая на разрушающие действия неконтролируемых душевных импульсов, показать возможность их положительного использования. Святые отцы учат, что не гнев сам по себе вреден, но греховна его направленность на ближнего. В то же время он выполняет положительные функции, когда направлен против страстей и демонических сил. Афонский старец Паисий (Эзнепидис, 1924-1994) свидетельствует:

“Если мягкий нрав в духовном преуспении помогает однажды, то гневливый помогает гораздо больше, достаточно только силу этого гнева направить против зла, против своих душевных страстей.”

Подобным образом и сила упорства и настойчивости, направленная на борьбу с грехами, если не придать ей правильного нравственного вектора, может выражаться в обычной жизни как упрямство.

Как искусный врач, дающий одному больному одно лекарство, а другому — иное, пастырь должен исправлять не только утешая, но и применяя строгость, т.е. использовать широкий арсенал средств воздействия для руководства пасомыми.

Духовнику ни в коем случае нельзя использовать людей в своих каких-то корыстных целях, манипулировать ими, т.к. этим можно бросить тень подозрения не только на свое пастырское служение, но и на само пастырство в целом.

Священник должен руководствоваться одной целью — оздоровлением душевной и духовной жизни человека и содействием ему в спасении.

Многие приемы и методы, разработанные в психологической науке, в наше лукавое время успешно используются для достижения своих корыстных целей различными группами лиц не только в нашей стране, но и во всем мире. Они широко используются в бизнесе — в целях сбыть произведенный товар,³³ на телевидении — для насаждения соответ-

³³ Однако, для автора книги было неожиданным открытием то, что в серьезных руководствах по психологии бизнеса существуют определенные нравственные принципы и понятия. Бестселлеры Наполеона Хилла и Нормана Пила, по праву

ствующей идеологии, в рекламе — ради того, чтобы побыстрее сбыть залежалый товар и во многих других областях.

Знание психологических законов подобно обладанию хирургическим ножом: им можно убить человека, а можно спасти ему жизнь. Слово, посредством которого происходит взаимодействие людей — меч обоюдоострый, который может служить или к гибели или ко спасению. И если знание психологических законов уже используется во зло, с целью манипулирования общественным сознанием, то тем более его необходимо использовать во благо, во-первых, для обнаружения и выхода из ситуации манипулирования собою, во-вторых, для реальной психологической помощи душевнобольному человеку.

В этой главе приводятся некоторые методы и практические приемы психологической помощи пастыря, как имеющие аналоги в святоотеческой и житийной литературе, так и иные, подтверждающие основные положения святоотеческой концепции природы человека, а значит исключают возможность насильственного вторжения в душевную природу человека, непременно сохраняющие свободу выбора.

Среди предлагаемых методов и приемов читатель может обнаружить как нечто новое, так и то, что уже хорошо известно. У каждого человека, который работает с людьми, тем более у священника, существуют определенные жизненные **наработки, которые бессознательно используются в процессе общения и воздействия на других людей. Одна из целей приводимых ниже методов и приемов заключается в том, чтобы помочь читателю осознать и научиться сознательно использовать их в процессе душепопечения.

Ожидание встречи.

Каждому из нас в жизни встречался человек или несколько людей, которые повлияли на изменение нашего поведения или отношения к жизни, а то и вовсе перевернули старые представления. Каждый человек, загнанный в тупик своими жизненными проблемами, с надеждой ищет того, кто, внимательно вникнув в них, разделит этот душевный груз.

Довольно благотворно кому-то подготовить такого человека к первой встрече со священником: объяснить, как себя вести, как построить ход беседы, убедить, что батюшка выслушает, поймет и даст совет.

Сам факт ожидания встречи с мудрым, добрым, чутким священником, который поможет, подскажет, посоветует, как поступить в том или ином случае, мобилизует душевные ресурсы человека. Надежда на положительное разрешение проблемы сама по себе становится действенной силой изменения в лучшую сторону.

Начало общения.

В начале общения со стороны священника желательно произнести несколько фраз, которые снимут напряжение ожидания чего-то неизвестного, боязнь, возникающую от неопределенности: “правильно ли я себя веду?” “что я должна говорить?” и т.п.

Важно осознавать, что забота, внимание и участие, проявленное со стороны священника по отношению к пришедшему как к гостю, является началом установления отношений доверия и взаимопонимания, а значит началом их совместной работы.

названные “Настольными книгами бизнесмена,” предлагают деловым людям свой день начинать с молитвы, включая молитву о своих недоброжелателях, “никогда не оспаривать приговор совести, чего бы этого ни стоило,” верить, что “только с Божьей помощью можно преодолеть все возникающие трудности и Добиваться поставленных целей.” Однако самым ярким примером того, что в зарубежном бизнесе (в отличие от отечественного) нравственный аспект играет не последнюю роль, могут служить слова Б. Франклина, ставшие эпиграфом Жизненного пути многих начинающих бизнесменов: “Трюки и обманы — это инструменты дураков, которым не хватает ума для того, чтобы работать честно.”

Примером таких раскрепощающих предложений могут быть:

- предложение снять верхнюю одежду;
- расположиться поудобнее;
- сообщение о том, что человеку не нужно ничего делать, просто рассказать, что привело его к священнику;
- предложить после этого побеседовать по теме поднятой проблемы;
- выразить свое желание совместно поискать пути выхода из сложной ситуации, предложить обучить его действовать по-иному в тех или иных ситуациях.

Чтобы снять ощущение неудобства, священнику необходимо сразу сообщить, каким объемом времени для беседы он располагает.

Понимание — основа доверия.

“Не может врач исцелить больного, если сей не убедит врача просьбою и открытием язвы с полной доверенностью. Устыдившиеся врачей подвергали раны свои гниению, а многие нередко и умирали,” — пишет преподобный Иоанн Лествичник (Преп. Иоанн Лествичник. Слово к пастырю, гл. 7, п. 5).

Как расположить пришедшего человека к раскрытию самой глубины своей души для того, чтобы доверяя слову священника получить исцеление? Необходимо создать атмосферу понимания, безопасности и покоя, благодаря которым это может произойти.

Прежде чем выслушать чей-либо совет или наставление, большинство людей предпочитает убедиться в том, что их правильно понимают. Иногда бывает так: человек подробно рассказывает о своих переживаниях, а его утешают словами, на первый взгляд не связанными с теми переживаниями, которые он пытался высказать. Тогда он начинает сопротивляться, внешне или внутренне, подсознательно, с недоверием встречая говоримое ему пастырем.

Для того, чтобы этого не случилось, священнику необходимо, во-первых, по-настоящему проникнуться сочувствием к переживаниям человека, во-вторых, проявить вовне это понимание. Наиболее эффективным будет, если он будет повторять произнесенные человеком слова, и, восстановив словесно рассказанное им, скажет слова наставления и утешения. Пришедший может и не осознает их связанность с тем опытом, о котором только что рассказывал, но слова батюшки коснутся разбитого жизнью или раненого грехом сердца.

Пастырь совершит ошибку, если в процессе общения начнет возражать относительно неприемлемых для него лично рассуждений пасомого, поскольку они могут показаться ему чуждыми, абсурдными или даже враждебными. Но для того, чтобы человек расположился в доверии к батюшке, последнему вовсе не нужно разделять с ним его убеждений. Важно показать, что пастырь понимает и принимает человека с его проблемами, подобно тому, как родитель понимает ребенка, далеко не разделяя “горя” малыша, потерявшего любимую игрушку. Но если ребенок чувствует, видит, слышит, что папа (или мама) понимает причину его слез, он легко успокаивается.

И еще очень важное замечание. Не зная, кем себя представляет наш собеседник, кем он является в своих собственных глазах, каковы его цели, пастырь не добьется успеха в установлении доверительных отношений.

Кроме того, пастырь должен не только понять это, очень важно показать свое понимание собеседнику.

Коммуникабельность.

Хороший пастырь непременно должен владеть искусством общительности. Восприятие священника надолго остается в памяти таковым, каковым оно было в первые минуты общения. Существуют очень простые действия, которые в любой ситуации позволят облегчить эти первые минуты. Среди них улыбка, обращение к человеку по имени, добрые (но непременно искренние) слова в адрес встретившегося человека.

Улыбка обезоруживает любого, даже очень критичного собеседника. “Не угрюмничайте!” — советует Святитель Феофан Затворник.

Употребление имени собеседника делает контакт личным, показывает собеседнику, что вам не все равно, с кем вы общаетесь.

Доброе слово, искреннее внимание, ощущения понимания и осознание, что меня понимают и любят таким, каков я есть, может расположить и ребенка, и взрослого, открыть дорогу к глубокому, плодотворному общению.

При этом необходимо обладать как минимум одним, но довольно редким качеством: умением слушать. Очень часто человеку нужно прежде всего не обменяться мнениями, а выговориться, “излить душу.” Вообще человек устроен так, что ему гораздо интереснее говорить на те темы, которые интересны ему, и мало кто заботится о том, насколько они интересны собеседникам. Поэтому священник, умеющий слушать, помимо того, что приобретает информацию о собеседнике, причем далеко не только ту, которая содержится в произносимых словах, “набирает очки” в целом в их отношениях. “Какой мудрый и добрый батюшка, как он мне помог,” — говорит часто человек, не задумываясь о том, что словесной помощи по сути-то не было, говорил он сам, просто его внимательно выслушали.

Часто пришедший к пастырю человек бывает обеспокоен своей проблемой, испытывает чувство неуверенности, боится произвести невыгодное впечатление или оказаться непонятым, наконец, просто расстроен своими неприятностями. Священник должен помочь ему справиться с этими трудностями. Ни в коем случае не нужно сходу исправлять пришедшего, скорее желательно помочь ему осознать, в чем нужно покаяться, дать импульс душевных сил, снять необоснованные тревоги, по-новому взглянуть на привычные вещи и благодаря этому получить дополнительный выбор.

Для оказания реальной помощи также необходимо, во-первых, соблюдение принципа указанного Евангелием подхода без оценок пришедшего человека: “*Не судите, да не судимы будете,*” во-вторых, сосредоточенность именно на проблеме собеседника, а не на той, которая волнует в настоящее время самого пастыря. Как только священник начинает оценивать действия человека, последний может испытать естественное желание попросить “не учить его жить” и закрыться. Аналогичный результат обеспечен и в том случае, если каждый из собеседников (как это очень часто бывает) говорит о своем, на самом деле не слыша другого. Это может происходить следующим образом. Человек пришел к священнику разрешить свою конкретную проблему. Батюшка, к примеру, скучает. Обрадовавшись возможности пообщаться, батюшка начинает делиться своим, наболевшим... Пришедший терпеливо ждет паузы для того, чтобы начать говорить о своем. Не дождав-шись ее, он уходит, так и не разрешив своего вопроса.

Еще трагичнее выглядит ситуация при которой священник, выслушав краткий рассказ человека вместо реальной душепопечительной помощи начинает навешивать ярлыки (“Это у тебя от гордости,” “Ты в прелести,” “Ты — бесноватая” и т.п.). Оказывает ли навешивание ярлыков реальную помощь человеку? Вряд ли. Чаще всего наоборот. Человек, услышавший из уст уважаемого им пастыря известие о своей бесноватости начинает вести себя соответствующим образом...

В повседневном общении большинство людей почти не способны проявлять искренний интерес к партнеру по общению как к личности, представляющей уникальную и неповторимую ценность в очах Божиих. Как правило, нам что-то нужно друг от друга, и это заслоняет все остальное. Общение со священником должно кардинально отличаться от всех иных встреч и обсуждений личных проблем с другими людьми.

Во-первых, желательно, чтобы пастырь помог собеседнику высказаться без помех. Для этого лучше меньше перебивать его, прерывать или сбивать с мысли. Как один из наиболее действенных методов следующий: во время беседы батюшка способствует тому, чтобы человек высказался как можно полнее, показывая ему, что его слушают и понимают, но делает это максимально нейтрально — кивком головы, междометиями, короткими позитивными репликами: “Да-да...,” “Я понимаю...,” “Угу...” Без таких одобряющих сигналов собеседнику говорить трудно.

Активное слушание предполагает большее участие в диалоге обеих сторон, хотя по-прежнему говорит в основном один из участников. Задача второго — дать более развернутую обратную связь, показывающую заинтересованность, понимание, согласие или несогласие со сказанным. Этим целям прежде всего служит перефразирование — повторение мысли собеседника своими словами в концентрированном виде: “Если я правильно понял, то...,” “Иными словами, вы полагаете...” Чтобы не перебивать говорящего, сбивая его с мысли и раздражая, перефразировать нужно, дождавшись паузы. Тогда он убедится в вашем внимании и в точности вашего понимания его мыслей.

Иной вид слушания представляет способность к эмпатии — сопереживанию, достижению резонанса с чувствами другого человека, к пониманию его не на логическом, а на эмоциональном уровне. Если вы внимательно выслушали человека, ему будет легче выслушать вас.

Слушание без всякой реакции неуместно в ситуациях, когда человек ждет какого-то ответа, совета, возражения, одобрения или удивления, а также если пассивное слушание явно противоречит нашим интересам.

Ведение.

Протоиерей Владимир Воробьев уподобляет жизнь духовную восхождению в горы.

“...Вот какая-то туристская группа подымается все выше и выше. Сначала это лесистые тропки, очень красивые ущелья, дорога, а там, глядишь — альпийские луга, леса уже нет. Еще выше подымаешься и попадаешь в ущелье, где нет никакой растительности, только низкорослые кустарники, небольшая травка и высокие снежные горы, с которых сползают ледники. Из этих ледников берут начала реки. Доходишь до места, где обычно бывает приют, и дальше на перевал нужно идти уже по снегу, лезть на ледник. А для этого необходимо иметь специальное снаряжение: ботинки, ледорубы, связки, инструктора совсем другого, уже не туриста, а альпиниста. И поэтому на таком рубеже туристы останавливаются и уже дальше не идут.

Дальше смертельно опасно, дальше другая категория трудности. Туристские прогулки на этом уровне заканчиваются. Скажем, до высоты две с половиной, три тысячи метров такому туристу можно дойти. А на четырехтысячную высоту никак не залезешь, если ты не альпинист. Туда не пускают, нельзя, а полезешь — убьешься.

Нечто подобное видно и в нашей церковной жизни. Наша церковная жизнь доводит нас до определенной высоты. Здесь мы с уверенностью бегаем, прыгаем, трудимся, что-то строим, устраиваем. Но все это до какой-то отметки. А дальше? Мы не знаем, как надо жить дальше. И, оказывается, что инструкторов или проводников, которые знают, как дальше подниматься в духовной жизни, уже практически нет, они недостижимы....”

Работа проводника в горах может быть разделена на три этапа:

- перед тем как объяснить трудности восхождения, проводник убеждается, что его подопечный способен осуществить это восхождение;
- затем проводник объясняет назначение оборудования;
- наконец, проводник ведет и сопровождает человека, показывая, как лучше проходить различные отрезки пути.

Подобные три этапа присутствуют и в правильном духовном руководстве.

Согласится ли человек с вывихом ноги пойти со здоровым человеком, если последний не знает о болезни своего спутника? Другими словами, пойдет ли человек за священником, если пастырь не сообщил ему, в какую сторону и зачем они пойдут. Если мы дадим знать, что пойдём по нужной ему дорожке в нужном ему направлении, т.к. нам по пути, с той скоростью, которая его устроит и не вызовет боли в его больной ноге, то он даст согласие на наше совместное путешествие. При этом ведущему совсем не обязательно тоже становиться хромоногим.

Для успешного ведения пасомый должен быть уверен, что священник понимает его как можно на большем количестве сознательных и бессознательных уровней, важных для общения, т.е. в большем количестве репрезентативных систем и невербальных жестов (Пониманию и разговору на языке жестов посвящен отдельный раздел этой главы). Чем шире, многограннее это понимание, тем большая мера взаимопонимания раскрывается пред ними.

Без помощи проводника трудно, а то и вовсе невозможно покорить вершину, так же, как и без помощи духовника, как утверждают святые отцы, невозможно позитивное движение в жизни духовной.

Недирективность духовного руководства.

Для успешного ведения человека, особенно, если он находится на стадии формирования доверия, или еще не доверяет пастырю, необходимо по возможности избегать директивности как естественного источника сопротивления греховного разума. В одной из пастырских бесед митрополит Антоний Сурожский указывает, что роль духовника подобна роли дорожного указателя, к которому обращаются, когда не знают направления дальнейшего движения.

Наиболее уместной формой духовного руководства является общение в форме предложений, которые пасомый может принять или отвергнуть. Побуждать, но не управлять, показать дорогу, проложить направление — вот основная задача пастыря.

В то же время пастырь должен быть готов справиться с ситуацией, когда человек, пришедший за советом, начинает рассказывать все свои чувства, переживания, помыслы

по самым различным жизненным ситуациям, бессистемно перескакивая с одной мысли на другую. Заметив эту бессистемность и сумбуренность изложения, пастырь может предложить пришедшему идти в решении проблем поступенчато, поэтапно. Священник может помочь человеку в решении жизненных вопросов тем, что возьмет на себя инициативу переходить к последующей теме лишь окончив обсуждение предыдущей.

Обращение по имени — шаг к взаимопониманию.

Обращаясь к человеку по имени, мы обращаемся к самой личности человека. В православном богословии имя рассматривается как энергия, неотделимая от самой сущности. Личность неуловима сама по себе, но имеет свое проявление во всей природе человека и особым образом раскрывается в имени. Потому мы можем выразить свою любовь и уважение словесно, если чаще будем обращаться к человеку по имени. Сам же человек, чувствуя к себе такое отношение, открывается и устанавливается добрая атмосфера взаимопонимания.

Язык разума и язык сердца.

Если разуму соответствует язык понятийный, то для сердца есть свой собственный язык. Когда беседа идет на языке разума, преобладает сознательное осмысление, доминирование логического подхода к произносимым словам. Когда же люди беседуют “по душам,” то “сердце сердцу весть подает,” смысл слов касается самой глубины личности собеседника.

Языку разума свойственно рациональное, конкретное, аналитическое, напряженное, управляемое восприятие. Он чаще всего частичен и тенденциозен, по характеру своему описателен и логичен. Язык сердца характеризует восприятие интуитивное, абстрактное, спокойно-открытое, спонтанное. По характеру своему он образный, метафоричный, недирективный, часто использует глаголы, обозначающие душевные переживания.

Глубокая, плодотворная беседа с пастырем должна происходить в атмосфере покоя, радости, неспешности, и непременно на языке сердца. Если пастырь сумеет снять напряжение и обратить человека к его сердечному миру, ввести в состояние некоей отстраненности от повседневных забот и тревог, что на языке аскетики носит наименование “внутрипробывания” (Свят. Феофан Затворник), то он сможет во время общения устранить приобретенные пасомым ограничения, накопленные в течение его жизни.

Подобная отстраненность легко достигается благодаря установившимся доверительным отношениям, эмпатии со стороны духовника.

Упомянутое состояние — привычное явление, с которым мы сталкиваемся довольно часто. В течение дня у нас нередко наступают моменты задумчивости, рассеянности, отрешенности, отключения внимания. В некоторых ситуациях: интересный фильм, путешествие, вождение автомобиля, ожидание в приемной, чтение — это происходит довольно произвольно.

Подобное отключение внимания — довольно естественное явление, и оно обладает своими особенностями. Замечено, что каждые 90 минут мы как бы отстраняемся на несколько мгновений. В это время, когда снижена привычная рефлексия на внешние раздражители, сердце наиболее открыто для положительного изменения. Именно в этом состоянии душа человека наиболее обучаема по отношению к иному сердечному настроению и по резонансу способна на глубоком уровне услышать слово и мысль, произносимую священником.

Преодоление пастырем сопротивления греховного разума в пасомом.

Любое положительное изменение в структуре человеческой личности является определенной работой, нелегким душевным трудом. Да и само слово “покаяние” в переводе с греческого означает “изменение.” Однако большинство людей, живя греховной жизнью, страдая и мучаясь от собственных греховных страстей, все же не изменяются. Можно предположить, что одним из препятствий на пути изменения являются мощные сопротивления греховного разума человека, который способен все объяснить в пользу греховной страсти. Так, например, человек может сказать: “меня несправедливо обидели, они сами виноваты” вместо “я впал в обиду и раскаиваюсь в этом,” ибо последнее — значительный труд души, а первое оставляет человеку возможность ничего в себе не менять. Убежденность в собственной правоте у человека, доверяющего своему греховному разуму, настолько сильная, что доказать ему что-либо на языке логики совершенно невозможно.

“...В лучшей и высшей стороне своего существа (бытия) разум служит средством и дает материал для дальнейшего движения в деле духовной жизни, именно: возбуждает чувство и движет волю к познанию истины — Христа. Но его понятия вообще холодные; он не может дать ни ощущения, ни чувства,— тем более живого; это последнее исключительно принадлежит сердечной силе” (Схимонах Илларион. “На горах Кавказа,” стр. 227).

Этот же разум, движимый гордостью, создает целые системы для утверждения своей самодостаточности. Целые поколения воспитывались в атмосфере, где интеллектуальная способность утверждалась как единственный инструмент познания окружающего мира. Сегодня нередко можно встретить воцерковляющегося интеллектуала, желающего и в духовной области все понять умом. Иногда скрытый мотив, основанный на такой установке, может служить причиной поступления в Духовную Семинарию. При этом блестящее знание Догматического Богословия, Литургики, Гомилетики, святоотеческого наследия и других дисциплин может послужить формированию высокого уровня самодостаточности и гордости, мощного ощущения себя “знающим и владеющим” непосредственно областью духовной жизни. И только если рядом с таким человеком окажется пастырь, который добрым и любящим участием своим раскроет сердечную, доселе неизвестную (но, возможно, интеллектуально осознаваемую) жизнь сердца, обучит его доверять движениям своего сердца, произойдет его подлинное преобразование.

Святые отцы утверждают, что разум и свобода — формы проявления личности человека. Основа же человеческой личности — сердце.

“Обыкновенный сон происходит от того, что душа, как бы свертывая свои личные формы жизни, — сознание и свободу, заключается в глубоком и мрачном лоне своего существа и вместо разумно-свободной жизни начинает жить природною жизнью сердца. Душа заключается сама в себе, в глубине своего внутреннего мира — в сердце. Находясь в лоне своего собственно существа, она подчиняется внутреннему ходу своей жизни, начинает жизнь сердечную, раскрывая сокровенные силы своего существа. В существе души заключено все, что есть на поверхности ее — в области свободно-сознательной.”³⁴

³⁴ “На горах Кавказа,” схим. Илларион, стр. 221-222. Обращает на себя внимание та психологическая глубина, с которой в этом отрывке одной из настольных книг для монашествующих раскрыт механизм взаимодействия сознательных и подсознательных планов душевной природы человека.

Греховный разум всячески отвергает всякий совет, всякое слово, направленное на изменение греховного поведения человека, в виду чего возникает ситуация, в которой человек не понимает и не хочет слышать увещаний пастыря.

Можно оставить в покое этого человека и не пытаться как-то положительно воздействовать на него до тех пор, пока благодать Божья не коснется его сердца, и он придет в нормальное состояние. Но очень часто случается, что такое оставление ведет человека к совершенной гибели. Пастырь же, со своей стороны, должен приложить все усилия для того, чтобы этот человек не покатылся по склону пагубного падения в своеволие. В этом случае необходимо обойти сопротивление греховного разума и обратиться непосредственно к сердцу человека, используя не язык понятий, а язык, свойственный глубинной структуре души человеческой. Но в этом случае возникает вопрос — не происходит ли тем самым насилие над свободой человека? И оправдано ли подобное воздействие на человека со святоотеческой точки зрения?

Если понятие о свободе относить только к разуму, то хотя и не насилие, но обхождение свободы разума, оправдывающего грех, в процессе пастырского душепопечения может иметь место. Преп. Макарий Египетский, согласный в этом вопросе с другими святыми отцами, пишет:

“Как супротивная сила, так и благодать Божия, оказываются побуждающими, а не приневоливающими, чтобы вполне сохранились в нас свобода и произвол” (Макарий Египетский, “Духовные беседы,” стр. 576).

Св. Максим Исповедник отличает естественную волю в человеке от воли выбирающей, свойственной личности (“Мистическое богословие,” Киев, стр. 176). Личность же есть “образ Божий в человеке, есть свобода человека по отношению к своей природе” (Там же, стр. 298). А “воля выбора есть тот личный суд, которым я сужу природную волю, принимая ее, отвергая или направляя к другой цели и, очищая ее от греха, превращаю в волю подлинно естественную” (Там же, стр. 325).

Таким образом, мы видим, что свобода есть одно из свойств, присущих личности. Но ни в коем случае нельзя отождествлять личность и разум, так как “личность есть несводимость к человеческой природе” (В. Лосский, “Образ и подобие,” стр. 114).

В то же время в личности “мы не найдем ни одного определяющего свойства, ничего ей присущего, что было бы чуждо природе” (Там же, стр. 114).

Поэтому неправильно будет свободу относить не к личности, а к природе человека — его разуму. Личность же присутствует как в разуме, так и в сердце человека, с присущими ей свободой и самосознанием.

Со святоотеческим взглядом на этот вопрос вполне согласуется позиция современной психотерапии. Известный психотерапевт Эриксоновского направления Стивен Гиллиген считает, что

“проблемы могут возникать тогда, когда человек отождествляет себя с самодостаточными сознательными процессами и утрачивает связь с более глубоким источником целостности.”

“С этой точки зрения, сознательное понимание не является необходимым для осуществления позитивных изменений” (Стивен Гиллиген. Руководство по Эриксоновской терапии, НФ “Класс,” 1997 г., стр. 40).

С позиции святоотеческого учения, свобода человека (не**) может быть насилуема со стороны демонических сил, ибо такой власти им не дано Богом. Но они действуют “в так называемых кладовых и складах души, устраивая там себе гнездо” (Василий Кривошеим, “Богословские труды” стр. 94), и посредством “разжжения страстных задатков в душе” (Епифанович. “Максим Исповедник,” стр. 108), минуя согласие на это разума. Принять или не принять то, что совершается в душе человека, зависит уже от разума. Именно поэтому, обращаясь непосредственно к сердцу человека, мы не насилуем ни свободу человека, ни парализуем способность разума принимать или не принимать побуждающие к добру слова или действия.

О допустимости, а иногда и необходимости такого подхода свидетельствует Святитель Иоанн Златоуст:

“Когда упрямство больных и жестокость самой болезни делают недействительными советы врачей, тогда, по необходимости, врачи прибегают к хитрости, чтобы можно было скрыть истину.

Я расскажу одну хитрость из многих, которые, устраивают врачи. К одному человеку пристала вдруг сильная горячка и жар увеличивался; все средства, которые могли бы утушить огонь, больной отвергал, а желал и усилено настаивал, умоляя всех приходящих к нему, принести ему много вина и дать ему утолить мучительную жажду. Но кто согласился бы доставить ему это удовольствие, тот не только усилил бы горячку, но и привел бы несчастного к умопомешательству. Тогда, когда искусство было бессильно и не имело более средств, но совершенно было отвергнуто, употребленная хитрость показала такую силу: врач берет глиняный сосуд, лишь только вынутый из печи, погружает его в вино, и потом вынув его пустым, наполняет его водою; комнату, в которой лежал больной, приказывает сделать темною посредством многих занавесок, дабы свет не изобличил хитрости, и дает больному пить из сосуда, как бы наполненного вином. Тот, прежде нежели взять сосуд в руки, вдруг обольщенный запахом вина, не хотел и разбираться того, что было дано ему; но, уверяемый обонянием, обманываемый темнотою и побуждаемый сильным желанием, выпил данное ему с великой охотою; и, насытившись, тотчас получил облегчение от жара и избег угрожавшей опасности.

Можно указать, что не только врачующие тела, но и пекущиеся об исцелении душевных болезней, часто пользуются таким врачевством. Велика сила такой хитрости, только бы она употреблялась не с злонамеренною целью; или лучше сказать, ее должно называть не хитростью, но некоторою предусмотрительностью, благоразумием и искусством, способствующим находить много выходов в безвыходных положениях и исправлять душевные недостатки.

Часто нужно бывает употребить хитрость, чтобы достигнуть этим искусством величайшей пользы; а стремящийся по прямому пути нередко наносит великий вред тому, от кого не скрыл своего намерения” (Творения Св. Иоанна Златоуста, т. 1, О священстве, Слово первое, стр. 411).

О допустимости использования подобного “врачебного искусства,” в виду противоречивости духовных устремлений и душевных немощей, в человеке вплоть до насильственного воздействия в те периоды, когда властно действуют установки греховного разума, говорит преподобный Иоанн Лествичник:

“Видел я у многих благоразумных больных, которые, сознавая свою робость и немощь, умоляли врачей связать себя, хотя бы врачи того и не хотели, и в произвольном насилии лечить их; ибо дух их был бодр ради ожидаемого будущего, но плоть немощна, ради застарелых худых привычек” (Преп. Иоанн Лествичник. Слово к пастырю, гл. 7, п. 1).

Как видно из контекста, слово “насилие” употреблено у Лествичника не в буквальном, а в душепопечительном смысле.

Переход с языка разума на язык сердца для того, чтобы преодолеть сопротивление греховного разума, является частью душепопечительной работы пастыря. Рациональная и сознательная часть личности человека, столь необходимая ему в практической жизни, должна уступить место интуитивной, спонтанной, сердечной.

Приятное воспоминание.

Если человек, пришедший к пастырю, начинает свой рассказ непосредственно с тревожащих, негативных моментов или проблем, пастырь, воспользовавшись паузой, может предложить рассказать какое-либо положительное и приятное воспоминание. Это снимет напряжение и значительно облегчит их дальнейшее общение.

Использование законов лингвистики.

Язык — основа человеческого общения, при помощи которой мы доносим информацию до собеседника. При помощи слов мы делаем понятным смысл явлений и событий, выражаем свои мысли, эмоции, свое мировоззрение. Человек, его язык и его сознание неразрывны.

Отклик на сказанное слово при грамотном его использовании вполне можно предвидеть заранее и даже формировать. Этим даром обладали и обладают многие современные пастыри и духовники, которым, благодаря их многогранной пастырской и миссионерской деятельности, по праву присваивали звание “всероссийских батюшек.”

Многие эффективные приемы их проповедей, слов, случайных обращений являются плодом спонтанного, творческого, сострадательного отношения к каждой ситуации, к каждой человеческой беде, встретившейся на их жизненном пути. Любящими почитателями, верными духовными чадами все подмеченное, описанное и проанализированное составило бесценную сокровищницу опыта, изложенного в многочисленных Житиях и Жизнеописаниях.

Эта глава представляет собой попытку изложить словесную сторону пастырского душепопечения как формы психологической помощи.

а. Умение говорить на языке пасомых.

“Произнося невразумительные слова... вы будете говорить на ветер” (1 Кор. 14:9).

“Если я не разумею значение слов, то я для говорящего чужестранец” (1 Кор. 14:11).

Используемый пастырем язык должен быть прост и понятен пришедшему человеку. Желательно из речи исключить избыток славянизмов, цитат, ссылок на мнения других, более авторитетных людей.

Одним из элементов успешного сотрудничества, взаимодействия в отношениях с людьми является способность пастыря говорить с каждым человеком на его языке. Если пастырь хочет быть понятным и принятым своим собеседником, ему необходимо ориентироваться на профессиональные и социальные особенности пришедшего, его способности, убеждения и жизненные ценности. К примеру, узнав о профессии человека, пастырь может поговорить с плотником — о плотницких работах, со специалистом по информации — о программировании, с детьми — на детском языке, непременно используя слова, уже употребленные человеком.

**стр.304) Одной из причин непонимания при общении между личностями митрополит Антоний Сурожский видит в языковом несходстве понятий в мировосприятии разных людей. Одно и то же слово в восприятии разных людей может носить разные оттенки. Особенно, если это касается области душевного и духовного опыта.

“Для того, чтобы говорить с другими о духовном опыте, нам приходится пользоваться словами, относящимися ко вне-духовной области. Когда мы хотим говорить о Божественной любви, нам приходится говорить о любви человеческой. Когда мы хотим описать отношение святого к Богу, мы употребляем такие слова, как “страх” — и это обманчиво, потому что этим же словом мы обозначаем нечто совершенно отличное от того благоговейного поклонения, какое свойственно святому. Это указывает нам, почему область психики почти всегда, за исключением великих святых, дает нам искаженную картину, как бы карикатуру того, что происходит в душе” (Московский Психотерапевтический Журнал, № 4 за 1997 г., стр. 105).

На принципе приспособления к языку и миру ценностей другого человека основывал свою миссионерскую деятельность Апостол Павел. С иудеем он говорил как иудей, с эллинами — как эллин, для того, чтобы и тех и других привести ко Христу. Так поступали и оптинские старцы — Амвросий, Моисей, Варсонофий, Нектарий и другие.

“Неподражаемо было искусство отца архимандрита,— говорится в житии оптинского старца Моисея,— говорить с каждым в его тоне: с простыми попросту; с образованными на их языке, а с средними, сообразно с их пониманиями и их образом речи” (Житие оптинского старца Моисея, стр. 128).

Таковому искусству нужно обучиться и современным священнослужителям. Пастырь бывает порой способен только теоретически понять человека, но чаще всего никак не может полностью оказаться в мире его душевных переживаний.

Однако процессу более глубокого понимания может отчасти способствовать наблюдение и частичное следование жестикеуляции человека, его манере выражать свои мысли, подойти под ритм его дыхания (т.е. набраться терпения, не перебивая, говорить когда он закончил свою мысль).

Если эти принципы не соблюдаются, большинство из того, что говорит пастырь, может не доходить до пасомого. И ответственность за такое непонимание лежит не на человеке, пришедшем к батюшке, а на самом священнике.

б. Использование в беседе предикатов из трех репрезентативных систем.

Святоотеческая антропология выделяет пять органов чувств, через которые нам поступает информация из внешнего мира: зрение, слух, осязание, обоняние и вкус, которые в современной науке называют репрезентативными: визуальная (зрение), аудиальная (слух), кинестетическая (ощущения), ольфакторная (обоняние) и густаторная (вкус). Каждый человек имеет свой неповторимый субъективный опыт, обусловленный как генетически, так и внешними условиями, в которых этот опыт приобретает.

Прожив и запомнив какой-то неповторимо индивидуальный опыт, мы можем сообщить о нем посредством слов. В одном контексте мы используем слова из одной репрезентативной системы, в другом — из другой. Например, об одном человеке мы говорим, что его приятно послушать, с ним приятно поговорить, он интересно рассказывает. Говоря о другом, который нам чем-то не нравится, мы характеризуем его злое выражение лица, его

взгляд свысока, то, что “сам он весь какой-то мрачный, подозрительный.” Третьих мы можем охарактеризовать как теплых или скользких.

Если потренироваться в том, чтобы всматриваться, вслушиваться, вчувствоваться в эти сообщения окружающих нас людей, со временем мы научимся, не задумываясь, фиксировать эти особенности их языка.

Иногда та или иная последовательность или словосочетание могут быть приятными или неприятными для нас. То же самое касается других людей.

Если мы не определим, к примеру, что для принятия или непринятия другим человеком того или иного решения, он вначале должен присмотреться, затем послушать какую-то информацию, а потом почувствовать, приемлема она для него или нет, то не можем ожидать от него согласия с нами. Обеднив эту цепочку, не обеспечив человека информацией по всем репрезентативным системам (и как это выглядит, и что об этом говорят, и как при этом чувствуют себя люди), с точки зрения законов нейролингвистики, мы не можем рассчитывать на полноту понимания.

Наверно, каждый имеет такой опыт: один стиль изложения (проповеди, лекции, общения) нам приятен, а другой — нет. Одни воспринимают речь в быстром темпе, другие — в плавном, третьи — в медленном, с паузами.

Для каждой репрезентативной системы существуют свои особые предикаты, которые конкретный человек чаще всего использует в разговорной речи. Улавливая их, мы можем определить и первичную систему репрезентации данного человека. По данным психологии, люди испытывают преткновения в понимании друг друга, если они говорят на разных языках, т.е. используют в речи предикаты различных репрезентативных систем. Пастырю следует уметь выражать свои мысли и желания не так, как ему кажется правильным и значимым, а на психологически приемлемом для пасомого языке, т.е. на языке его первичной репрезентативной системы, используя соответствующие слова и понятийные блоки.

Вот список предикатов, характерных для различных репрезентативных систем.

Визуальная система:

Предикаты цвета: красный, желтый, синий и др.; яркости: яркий, светлый, темный, контрастный, блестящий; насыщенности: ясный, тусклый, прозрачно, туманно; контура: обрисовать, чертить, писать, образоваться, четко; местоположения: двигаться, стоять, колыхаться, размера: большой, маленький, увеличиваться, уменьшаться, перспективы: на переднем плане, на заднем плане, далеко, близко, а также: видеть, смотреть, глядеть и т.д.

Аудиальная система:

Предикаты высоты звука, громкости, тембра, местоположения: слышать, высокий (голос), низкий (голос), грохочет, разговаривать, сказать, звук, крик, моно/стерео, непрерывный (прерывающийся), ритмичный, гармонировать и т.д.

Кинестетическая система:

Хватать, прикасаться, твердый, тяжелый, чувствовать, грубый, шершавый, холодный/теплый, держать, давить и т.д.

Ольфакторная и густаторная системы:

Не имеют широкого распространения, они сродни кинестетическим. Здесь предикаты, связанные с запахами и вкусовыми ощущениями: ароматный, сладкий, кислый, вкусный, горький, нюхать, вкушать и т.д.

Для человека, имеющего визуальную первичную репрезентативную систему, характерно:

— туловище откинута назад, голова приподнята, плечи прямые и слегка опущены, дыхание поверхностно учащенное, спокойный взгляд, тон голоса повышенный, ускоренный темп речи, пальцы прикасаются к уголкам глаз, либо над глазами.

Для человека, имеющего первичную аудиальную систему, характерно:

— туловище наклонено вперед, голова откинута назад, плечи также отведены назад, руки скрещены на груди, диафрагмальное дыхание, брови сдвинуты, меняющийся тон голоса и темп речи, жесты в сторону ушей, прикосновение к губам или подбородку.

Для человека, имеющего первичную кинестетическую систему, характерно:

— голова и плечи опущены, дыхание глубокое, “животом,” голос глубокий с придыханием, замедленный темп речи, с паузами, прикосновение к груди и животу, жесты ниже уровня плеч.

Возможно, необходимость выхода на язык репрезентативной системы собеседника покажется кому-то маловажным, малозначительным и трудоемким занятием. К сожалению, в нашем быстротекущем XX веке даже духовное окормление (особенно в городах) происходит как бы на бегу. Однако в действительности (или бесполезности) такого подхода можно убедиться экспериментально. И если такой подход все же покажется действенным, то станет очевидным, что лучше, по слову Апостола Павла, пять слов сказать на понятном для человека языке, чем тысячу на непонятном.

Говоря о подстройке к репрезентативным системам других людей, мы не выставляем это как необходимое условие плодотворного общения. Однако знание об этом может стать мощным вспомогательным средством, которое поможет быстро разрешить внутреннюю подсознательную напряженность в общении. По-настоящему же собеседник открывается в доверии только тогда, когда чувствует тепло, заботу, радение и понимание, свойственные лишь любящему человеку.

в. Умение правильного построения фраз, предложений, обращений.

В общении с человеком пастырю желательно следить за своей речью, ведь к каждому слову, фразе, предложению обращено особое внимание пришедшего. Иногда определенные слова “считываются” человеком в несколько ином, а иногда и в совершенно противоположном смысле. Обучиться искусству правильного построения фразы, искусству утешения, умиротворения человека словом можно посредством специальных знаний и многолетнего опыта. Однако некоторые практические советы по этому поводу из книги психолога Александра Борисова “Роскошь человеческого общения” приведу ниже:

“Во многих случаях, произнося определенные слова, мы создаем установки и невольно — пророчествуем, программируя поведение того, к кому обращаемся. Отчитывая ребенка, родитель, говорящий: “Неуч, слабак, лентяй, ничего у тебя не выходит и не выйдет!” формирует сценарий его поведения. Ребенок воспринимает скрытую в этих словах команду и начинает действовать сообразно ей.

Можно сказать ребенку: “Ты сводишь меня с ума” или: “Ты меня очень расстроил,” и он будет чувствовать вину, а кроме того, свыкнется с мыслью, что он может управлять чувствами и эмоциями других людей, т.е. укрепитесь в том, что людьми можно манипулировать. Вместо этого можно сказать (и это будет ближе к действительности): “Я расстроился.” Между фразами “Меня пугают авиаперелеты” и “Я боюсь летать” не такая маленькая разница, как может показаться. На самом деле, наиболее правильной была бы даже третья фраза: “Я пугаю себя авиаперелетами” — пожалуй, страх уменьшился бы уже при ее произнесении.

В одной книге по психотерапии мне встретилась дивная советская фраза, приведенная в качестве положительного (!) примера: “Б о л ь н о й , вы должны верить, что выздоровление придет!” Ничего себе, подкрепленье, когда вас **так** пригвоздили! Кроме того, “должны” вызовет сопротивление, а возможный Приход Выздоровления — опять же некая внешняя, не зависящая от вас сила, никак не мотивирующая вас **в ы з д о р а в л и в а т ь с я**.

Очень многие команды себе и окружающим мы отдаем таким же образом, открытым еще Ходжой Насреддином: “Не думай об обезьяне.” Понятно, что на самом деле такой призыв является командой думать о ней. Чтобы понять смысл предложения “Не думай об обезьяне,” нужно расшифровать символы-слова, представив их конкретными образами, т.е. сделать как раз то, что запрещено: подумать об обезьяне. Приказание: “Не веди себя скованно” сковывает ребенка; предупреждение: “Вы только не волнуйтесь, пожалуйста” заставляет человека нервничать в ожидании плохого известия и т.д.

Родительское программирование, закладывающее основы жизненного сценария, также чаще всего основывается на негативных командах типа “Нельзя это делать.” Разрешение (ничего общего со вседозволенностью) — могучий фактор достижения позитивных результатов. Успешные люди — те, которым разрешили (и они разрешают себе) быть успешными, разрешили быть красивыми (в противовес “Вот вырядилась! Нельзя быть нескромной!”), разрешили думать (“Нечего тут умничать!”), разрешили быть самостоятельным, любить, принимать решения и т. д. Разрешите ребенку не бояться двоек, и он, всего вероятнее, перестанет их получать. Разрешите ему капризничать, например: “Сегодня с двух до трех часов — есть свободное время. Можно поплакать или потопать ногами,” — и проблема капризов станет менее острой.

В свое время в нашем издательстве работал начальником отдела продаж, взятый на это место, по нашей неопытности, сверхинтеллигентный человек, который, приходя к потенциальному оптовому покупателю, начинал с вопросительных (просительных) оборотов: “Вас не заинтересует?” или “Вы не хотите?” получая, конечно, ответы “Не заинтересует” и “Не хотим.” Если вы **не** хотите, чтобы вас соединили с нужным человеком, начните телефонный разговор с его секретаршей с фразы: “Не могли бы вы соединить меня?” Если хотите, чтобы ваш ребенок не делал чего-то, лучший путь потерпеть фиаско — сказать ему: “Не делай этого.” Во всяком случае, когда он будет идти по узкому карнизу высоко над землей, лучше молчать, чем кричать: “Не упади вниз!” потому что программировать можно только позитивно, разрешая, а не запрещая. Доступ к словам мы в обоих случаях получаем одинаковый, представляя себе одно и то же действие, а не два разных, т.е. не падай = падай. Иначе говоря, если вы хотите, чтобы человек не смотрел вниз, ему нужно сказать: “Смотри вверх!”

г. Избегание слов, вызывающих неприятные ассоциации.

В процессе пастырского общения желательно избегать слов, вызывающих пассивность, неприятные переживания, а в комментариях — слов с уничижительным оттенком: оставлять, тонуть, погибать, дно, неприятно, ничтожный, последний, дурацкий, расходовать, распадаться, опускаться, исчезать.

При этом необходимо постараться избегать глаголов с двойным смыслом, один из которых является негативным, например: отходить, покидать, изменять, упасть.

д. Использование слов, вызывающих приятные ассоциации.

Если речь пастыря “пересыпана” словами, вызывающими приятные ассоциации, согласие с теми или иными утверждениями или благословениями священника, даже при действии сопротивления греховного разума, становится более возможным. Замечательным примером применения этого принципа могут послужить проповеди протоиерея Артемия Владимирова, речь которого вызывает приятные ассоциации не только фонетически, но и благодаря наполнению словами, вызывающими приятные ассоциации. Примеры таких слов: удобно, разрядка, приятно, гармонично, пасхальный, благотворный, легко, спокойно, плавно, нежно, уравновешенно.

е. Номинализация.

С точки зрения лингвистики это всего лишь замена глагола отглагольным существительным. На самом деле, это определенное изменение, воздействующее на восприятие человеком информации. Глагол выражает процесс, существительное же статично и как бы оторвано от процесса. Глагол — всегда более сильная часть речи и задает систему отношений, точкой отсчета которых является называемое им действие. Существительное больше оторвано от эмоций и ощущений, только фиксирует положение вещей и не показывает возможных вариантов изменения этого положения. Замечено, что люди, предпочитающие употреблять в своей речи существительные — номинализации, гораздо в меньшей степени способны на решительные поступки и мобильные реакции, чем те, которые предпочитают глаголы.

К примеру, священник может сказать человеку: “Давай попробуем найти решение твоей проблемы и попытаемся найти варианты исправления сложившейся ситуации” — вместо “решить” и “исправить.”

Вместо “если хочешь, чтобы к тебе хорошо относились люди, измени свое отношение к ним” можно сказать “изменение твоего отношения к людям, несомненно улучшит их отношение к тебе.” Таким образом, вместо призыва к решительному действию передается только констатация как бы уже очевидного факта, что значительно снижает критичность восприятия. “Я буду находить время для ежедневного общения с тобой!” — говорит ежедневно занятый священник нуждающемуся духовному чаду, что воспринимается, как еще одно обещание, вызывающее скепсис и недоверие. В другом случае сознание легче принимает ту же информацию, выраженную более нейтрально, скорее, как уже почти свершившийся факт: “Теперь мы будем иметь возможность общаться чаще.”

ж. Пропущенное условие, пропущенная информация.

Обнадеживающие высказывания, не содержащие в себе указания на причину, по которой данное явление оценивается говорящим так, а не иначе, могут восприниматься сердцем без критического анализа, к примеру “После службы тебе станет значительно лег-

че” — без объяснения того, почему это будет так. Или “После поста многие из вас смогут ощутить радость духовного обновления” — без разъяснений, как это ощутится.

В приведенных примерах человек заранее подготавливается, настраивается на облегчение, обновление, которое совершится воздействием благодати Божией, которая “не-мощная врачует и оскудевающая восполняет.” Уверенный словом пастыря в том, что положительное изменение все же произойдет, человек не опускает руки, обретает надежду.

з. Предположение о мыслях и чувствах собеседника.

Этим же целям служит предположение о мыслях и чувствах собеседника. Этот прием основан на высказываниях, подразумевающих, что говорящему известны мысли и чувства собеседников, хотя и неясно — откуда. “Я знаю, что многие из вас хотят справиться со своими страстями: гневом, гордостью, завистью, обидчивостью...” Таким образом, человек, который еще и не ставил такой задачи, в процессе проповеди или разговора ставит ее.

и. Импликация.

Импликацией как методом воздействия на позитивное изменение человека можно воспользоваться, когда есть необходимость уверить человека в том, что позитивное изменение в его жизни должно произойти. К примеру, пастырь может спокойным и уверенным голосом сказать человеку: “После этой исповеди Вы сможете обратить внимание на то, что Ваше отношение к свекрови (мужу, матери, дочери) заметно изменилось к лучшему.”

к. Причинно-следственное связывание.

При помощи связующих слов воедино увязываются явления, на самом деле независимые друг от друга. Переходные слова сглаживают смысловое несоответствие, и связь воспринимается как реально существующая. Предположение о существующей связи заставляет слушателей действовать так, как если бы она была реальной. “Каждый раз, когда искушение будет подступать с новой силой, ты будешь вспоминать наш разговор,” “Эта книга подскажет тебе выход из любой трудной ситуации.”

Такие приемы помогают формулировать скрытые предположения, в которых определенная информация не называется, но подразумевается и является сильнейшим стимулом, ориентирующим слушателей на совершенно определенные действия. “Дорогие братья и сестры! Неважно, каковыми будут слова любви, обращенные к вашим близким, важен сам факт того, что каждый из нас первым сделает шаг навстречу!” В сказанном заранее предполагается, что слова любви будут все же сказаны.

л. Исключение из речи категоричных слов и суждений.

Психолог Александр Борисов считает, что “самое распространенное, повседневно-бытовое подтверждение неспособности подчинить себе свои слова — часто неосознаваемая самим говорящим его безапелляционность, категоричность. Как часто мы расставляем негативные оценки нашим собеседникам, обижая их автоматически и даже без желания обижать, а потом, удивляясь, почему они так остро реагируют на наши “невинные” слова, спрашиваем: “А что я такого сказал, что я сделал?” А сделали мы “всего лишь” одно из любимых замечаний, сильное по своей косвенной оскорбительности: “Полная ерунда,” или “Чепуха какая-то!” На самом деле, может даже оказаться, что ваш собеседник и действительно вы-

сказал нечто не очень продуманное, но ваша короткая реплика демонстрирует неуважение к нему, что, естественно, не способствует доброжелательному продолжению беседы.

Каждый из нас проявляет собственную индивидуальность так, как это свойственно именно ему, а не так, как это делает кто-то один, считающий, что именно его понимание — лучшее, вкусы — самые изысканные, а дурные привычки — самые хорошие. Человеку нельзя разрешить или запретить быть личностью. Поэтому если вам свойственна категоричность, это, скорее всего, означает, что вы не умеете принимать индивидуальность других людей, признавать за ними право выбора. Оценивая их поведение или образ мыслей, вы считаете эталоном самого себя, стремитесь “переделать” в соответствии с ним своего партнера по общению, “подогнать” его под себя, и не считаете нужным прислушиваться к тому, что расходится с вашей точкой зрения.

Вообще категоричность может служить довольно верным показателем ограниченности. В особенности это верно, когда мы с чем-то не согласны и возражаем. Однозначность и резкость отказа, совершенно непонятно, чем вызванные, действуют если не как пощечина, то, во всяком случае, как отмахивание рукой от чего-то мешающего и надоевшего. “Пойдем сегодня туда-то?” — “Ну, вот еще! Ты что, совсем?” “Может быть, поставим это кресло у стены?” — “Да в комнату тогда и войти-то будет противно!” Железобетонность подобных оборотов безошибочно унижает собеседника. Замена их на варианты: “Мне кажется, будет лучше...”, “А, может быть, попробуем...” несет тот же смысл отказа, но, следуя с позиции Взрослого, оставляет вашему партнеру по общению его чувство собственного достоинства и возможность на равных продолжать обсуждение. Я взял себе за правило вообще воздерживаться от прямых возражений на высказанное кем-либо другим мнение и от каких-либо категорических утверждений со своей стороны. Я запретил себе употребление таких слов, содержащих категорические нотки, как “конечно,” “несомненно” и т.п., и заменил их в своем лексиконе выражениями “представляю себе,” “предполагаю.” Разговоры, в которых я принимал участие, стали протекать значительно спокойнее. Манера, в которой я стал предлагать свои мнения, способствовала тому, что их стали принимать без возражения. Ошибившись, я не оказывался теперь в столь прискорбном положении как раньше, а будучи правым, гораздо легче брал верх над ошибочным мнением.”

м. Избегание штампов.

Разговаривая с человеком, следует избегать слов, вызывающих у него неприятие. Многие хорошие слова иногда становятся заштампованными, что ослабляет их смысловую и действенную силу при восприятии другим человеком. Такими очень часто становятся слова: “смирение,” “послушание,” “простите,” “благословите,” “помолитесь” и т.д., которые “изнашиваются” от частого употребления до степени, способной вызывать психологическое отторжение, чувство пресыщения и переполненности.

Наряду с этими словами, следует употреблять синонимичные им слова. Хотя такие слова и теряют привычную внешнюю форму, они становятся более доходчивыми до другого. Мы не говорим об устарении и замене самих добродетелей, а только о лучшем восприятии тех же понятий, выражая их иными словами.

м. Последовательное принятие.

Последовательное принятие заключается в том, чтобы сначала перечислить ряд истинных утверждений, с которыми слушатель не может не согласиться. Затем их следует связать между собой соединительным союзом. Данная последовательность заканчивается тем утверждением, которое необходимо принять человеку для того, чтобы исправить свое отношение, раскаяться в греховной жизни, стать лучше, но которое, возможно, логически с предыдущим не связано.

Нередко приходилось слышать проповеди талантливых пастырей, которые, цитируя Евангелие или фрагменты житий святых угодников Божиих, как бы вне формальной логики словами “и поэтому мы с вами должны...” переходили к нравственному назиданию. Казалось бы: никакой связи между первым и вторым. Но в процессе слушания отсутствие таковой оказывалось незамеченным и призыв в проповеди производил глубокое впечатление на слушателей.

Последовательное принятие, а также значительная часть приводимых примеров использования законов лингвистики (импликации, причинно-следственного связывания, избегания штампов, нахождение общего языка и понимание ценностного мира слушателя) характерны для замечательных проповедей протоиерея Димитрия Смирнова.

о. Выделение важного сообщения.

Чтобы передать сердцу некое сообщение, нужно выделить его во время разговора. Этого можно добиться с помощью перемены интонации, выделения паузой, изменения позы говорящего. Тогда подсознательно человек обращает сердечное внимание на такие сообщения и внимает им. В дальнейшем человек может либо принять его, либо отвергнуть. Но, восприняв сердцем это сообщение как свое собственное, он спокойно может взвесить все за и против без излишнего внутреннего противостояния данному сообщению или совету.

п. Использование пауз.

Пастырь не должен забывать, что эффективным может быть только диалогичное взаимодействие.

Как бы не жаждал священник поучать и наставлять, какие бы замечательные наставления не приходили ему в голову, все они могут быть малоэффективными, если он будет забывать о необходимости постоянных пауз, постоянного внимания к тому, как его слово отозвалось в сердце собеседника.

Значение паузы для усиления впечатления замечено давно. Рассказчика, который пользуется в наиболее интересных местах повествования этим приемом, просят рассказать “еще и еще раз.”

Паузы имеют огромное терапевтическое действие, побуждая человека к внутренней работе. Если пастырь использует паузы, пасомый включается во внутреннюю работу слушания, как бы предугадывая в каждом конкретном случае последующее слово.

Пауза также помогает выделить наиболее важное слово из произнесенного в беседе, части беседы, предложении, фразе.

р. Молчание.

Из Патериков известно, что иногда подвижники высокой жизни приходили друг ко другу, и не используя словесных форм общения, общались посредством совместного молчания в течение определенного времени. Ценность и глубину такой формы общения знает только тот, кто пробовал или пытался обрести молчание как язык события с другим человеком. .

В отличие от пауз, в случае использования молчания человека лучше предупредить заранее. По окончании беседы или какой-либо ее части пастырь может предложить человеку просто посидеть и помолчать несколько минут. В этом предложении человек может услышать что-то неожиданное, возможно, приятное. Можно предложить помолиться и,

став перед иконами, и перед началом молитвы, помолчать несколько минут. В это время все, затронутое в беседе, в присутствии священника, но без помех с его стороны, оседает на самых глубинах человеческого сердца.

Важно, чтобы на это время человек не чувствовал себя покинутым. Поэтому со стороны священника должно прозвучать предложение помолчать вместе несколько минут.

13. Значение диалога.

Когда молодой священник видит перед собой человека, пришедшего за советом или наставлением, ему приходит желание наставлять и советовать. В защиту своей точки зрения приводятся аргументы и цитаты. Однако в состоянии упоения своей эрудицией и компетентностью в духовных вопросах он совершенно не замечает того, что человек давно сник, ушел в себя, и только из вежливости продолжает слушать говорящего.

Диалог между пастырем и пришедшим к нему за советом дает возможность:

1. Держать собеседника во внимании.
2. Вести его в предлагаемом направлении, уточняя каждый раз, насколько понята и принята им каждая из высказанных мыслей.
3. Постоянно поддерживать взаимную связь, подробнее останавливаясь на тех моментах, которые не были приняты собеседником.

Принципы диалога в христианском консультировании сформулированы доктором психологических наук Т. А. Флоренской. Здесь они приводятся в контексте пастырского душепопечения.³⁵

1. Признавая духовное “Я” человека, пастырь учитывает не только наличное состояние человека, но и возможность раскрытия его вечного, духовного предназначения.
2. Пастырю необходимо иметь в виду, что он не может воздействовать на человека и управлять им, не должен пытаться делать это. Глубина личности является для него тайной.
3. Личность собеседника может раскрыться пастырю благодаря контакту в разговоре.
4. Диалог возникает по мере принятия личности собеседника. Принятие личности основывается на убеждении в духовном достоинстве человека, независимо от его наличного состояния.
5. Другим условием диалогического контакта является сопереживание человеку в его трудных ситуациях — горестях и радостях; это построение отношений с наличным “Я” собеседника.
6. Если принятие духовного “Я” человека безусловно, то принятие наличного “Я” обусловлено оценкой его проявления с позиции христианских заповедей, духовно-нравственных ценностей.
7. Желательно, чтобы священник подвел собеседника к самостоятельной оценке его наличного “Я” и его проявлений. Навязанные извне оценки вызывают, как правило, резкое сопротивление и ненужную полемику. Действенность такой самооценки зависит от диалогического контакта.
8. Непременными условиями диалога являются эмпатическое внимание к собеседнику, говорящему о своих трудностях и проблемах, помощь в преодолении и снятии

³⁵ Пастырь должен стать тем человеком, который поверит в то, что конкретный человек может стать лучше, безусловно уверует в позитивное изменение человека, и обеспечит его тем самым резервом душевных сил.

деструктивных переживаний (гнева, обиды, ревности, отчаяния и т.п.), предоставление **возможности “выговориться,”** чтобы разделить его трудности и облегчить сочувствием и утешением.

9. Эмпатическое внимание со стороны священника способствует проникновению во внутренний диалог наличного и духовного “Я” собеседника — их противоречие, борьбу, конфликт и стремление к согласию.
10. Необходимо иметь в виду, что достижение целостности внутреннего мира собеседника возможно лишь благодаря его примирению со своим духовным “Я.” Поэтому священник недирективно, в форме сократического диалога актуализирует в человеке голос духовного “Я.”
11. В процессе осознания противоречий между духовным “Я” и наличным “Я” священник не должен загонять человека в угол аргументами в пользу духовного “Я.” Важно непременно оставить за человеком свободу выбора.
12. В своей пастырской помощи священник должен исходить из конкретного запроса человека, при этом выявляя скрытые за ним мотивы, анализировать глубинные истоки этого обращения. Необходимо иметь в виду, что духовные ценности не могут быть усвоены извне, но могут пробудиться, актуализироваться в значимой для человека ситуации.
13. В процессе пастырского диалога желательно избегать близких личных отношений и равноправия — это может разрушить ценность диалога, создать и усугубить проблемы переноса.
14. Пастырю необходимо в некоторых случаях занимать позицию в “ненаходимости” — отстранения от личных отношений с человеком ради объективности и полноты восприятия его и его ситуации, для того, чтобы не увязнуть в наличном “Я” собеседника, а помочь ему приблизиться к его духовному “Я.”

14. Разрушение привычных стереотипов.

Очень часто можно встретить в церковной среде людей, которые, имея свои собственные представления о том, как должен вести себя священник, что должен говорить, когда благословлять, навязывают ему собственный стереотип поведения, заставляют играть в игру, сценарий которой сочиняет пасомый. Некоторые молодые робкие батюшки начинают им подыгрывать или даже внешне копировать манеры и поведение маститых протоиереев, искажая свою собственную душевную природу. Подобная попытка загнать себя в неестественные рамки рано или поздно закончится трагично для самого пастыря. Или он станет маститым фарисеем, который будет выбраковывать всех по образу и подобию собственного благочестия, или же, повинувшись сердечному чувству, вместе с разрушением этих неестественных рамок разрушит и необходимые для священника нормы поведения.

Отметив, насколько подобная неестественность бесполезна для духовной жизни пастыря, важно упомянуть о необходимости разрушения подобной установочности у пасомых.

Этим приемом замечательно владел приснопамятный старец архимандрит Павел (Груздев).³⁶ Для того, чтобы “спустить на землю” впавших в мечтательную “духовность”

³⁶ И не только он. О многих старцах последнего времени известно, что они действовали подобным образом, вводя пришедших к ним в смущение и замешательство, благодаря чему разрушались привычные стереотипы поведения и отношений.

молодых богословов, приехавших к нему за советом, он мог ни с того ни с сего встретить их дружеским похлопыванием по плечу, предложением есть арбуз и даже неожиданными для традиционных представлений о старчестве и духовничестве вульгаризмами... При этом, человек, сначала впавший от увиденного или услышанного в замешательство, вдруг раскрывался на сердечный уровень общения.

Ограничение выбора.

Любому человеку хочется ощущать свою независимость и свободу. Если человек хочет как-то уклониться или отказаться от послушания или работы без всякой причины, то необязательно входить с ним в конфликт и пытаться заставить его выйти на послушание директивами и угрозами. От этого он начнет сопротивляться, выдумывать всякие причины и оправдания, даже обвинять в том, что его будто бы рабски эксплуатируют и т.д.

Данную ситуацию можно смягчить, если предоставить ему выбор между каким-либо более тяжелым послушанием, и другим — полегче. В результате он, уклонившись от первого, схватится за второе. Благодаря этому возможность вообще отказаться от послушания исчезает из его сознания. Выбрав какую ни есть работу, он останется на стези послушания пастырю без каких-либо конфликтных всплесков.

Умение правильно формулировать вопросы мобилизует душевные силы человека на решение задач по внутренней работе над собой, не лишая его свободы выбора. Мудрые педагоги это знают. Когда ребенка нужно накормить кашей (а не вареньем, например), можно спросить: “Ты какую кашу хочешь — манную или геркулесовую?” или: “Ты вынесешь мусор до ужина или после?”

Педагогическая снисходительность.

Особое внимание обращает на себя психологический прием, который рекомендует использовать преп. Иоанн Лествичник.

“Пастырь не всегда должен держаться справедливости, по причине немощи некоторых. Видел я, как двое судились у мудрого пастыря, и он оправдал неправого, потому что сей малодушествовал; а обвинил правого, как мужественного и благодушного, чтобы правдою не усилить вражды. Впрочем, каждому порознь сказал должное, и особенно недугующему душою” (Преп. Иоанн Лествичник. Слово к пастырю, гл. 13, п. 11).

Усиление впечатления.

Старец Варсонофий Оптинский, еще будучи послушником, дал почитать старцу Амвросию свое стихотворение. Во время другой встречи он напомнил отцу Амвросию о стихотворении. Далее отец Варсонофий вспоминает:

“Ответ отца Амвросия был немного странен: — А стихотворение при вас? — спросил он, указав пальцем на грудь Павла Ивановича. Тот ощупал карманы на груди и с недоумением ответил: — Нет... Лишь потом ему объяснили: “При вас” — значит у вас в сердце, то есть исполняете ли вы то, что написано в стихотворении, соответствует ли ваше внутреннее устройство описываемому!” (Жизнеописание оптинского старца Варсонофия, стр. 68).

Чтобы усилить впечатление сказанного, нужно вывести человека из устойчивого рационального состояния. В этом примере мы видим, что логически о. Амвросий должен был

помнить, что стихотворение у него и дать оценку этому стихотворению. Но он ответил: “А стихотворение при вас?” Это вызвало недоумение и замешательство. Сказанные слова отца Амвросия глубоко запечатлелись в памяти и запомнились надолго. Если бы отец Амвросий просто сказал то же самое сразу, то это были бы обычные слова, ничем выделенные от других. В состоянии недоумения и замешательства, человек не находит ответа у своего разума и, погружаясь в глубину, ищет точку опоры там, где это можно прочувствовать и пережить, а не объяснить рационально. Именно поэтому ответ на такое переживание затрагивает не только ум, но и само сердце.

Вот еще один пример из жития о. Варсонофия: “Он (о. Варсонофий) сказал о. Анатолию, что ему “хотелось бы жить поединеннее:

— В затворе? — спросил тот.

— Да.

— Что теперь и в баню ходить не будете?

— Конечно.

— Да, вот я про то и говорю, что в баню ходить не будете, — сказал о. Анатолий.

Собеседник почувствовал, что речь идет вовсе не о телесном мытье” (Жизнеописание оптинского старца Варсонофия стр. 77).

Рассказывание метафорических историй.

Истории рассказывали с древних времен. В Лавсаиках, Патериках, Отечниках сохранились чудеснейшие примеры целительных метафор, которые, в отличие от прямых, обращенных к сознанию Поучений и Слов, обращены непосредственно к сердцу человека. Наиболее ярким примером использования исцеляющих метафор можно назвать частое обращение старца Амвросия Оптинского в беседах с духовными чадами к басням И. А. Крылова.

Что же такое “метафора”? Известная фраза, принадлежащая Аристотелю, является одновременно и примером, и этимологическим объяснением этого слова:

Через (**мета**) моря корабль переносит (**форейн**) путника.

Исцеляющая метафора — это вразумление на нескольких уровнях. История, сказка, идея, случай, аналогия, рассказ из пастырской практики, просто фраза, жест могут иметь два значения. Первое, *явное*, обращается к сознанию человека. Второе, *скрытое*, обращено к его сердцу.

Человеку предоставляется реальный выбор, так как второй смысл может быть или принят или не принят.

Если смысл метафоры не принимается на сердечном уровне, рассказывающий ничего не теряет и может дальше вести разговор.

Всем нам известно, что наиболее интересными бывают проповеди, в которых ярко описываются многочисленные примеры на тему проповеди.

Непревзойденными рассказчиками были оптинские старцы. Вот например, отец Анатолий с помощью истории пытается образумить свое чадо:

“Получил я от тебя сестра Н. много писем. Получил, прочел и подумал: неужели наша Н. не слыхала истории про регентшу Н. ? Вот тебе вкратце эта история. В одном девичьем монастыре была молоденькая регентша; один мужчина, женатый, все ходил да слушал певчих, да все посматривал на регентшу. В один вечер, довольно

туманный, регентша исчезла. А через 10 дней привезли труп ее для похорон в монастыре. Игуменья и сестры не позволили хоронить ее в монашеской одежде, а схоронили в мирской” (Письма оптинского старца Анатолия, стр. 41).

Эта история изначально предполагает параллель между реальной и описываемой ситуациями, и грустный конец ее может остановить сестру Н. от дальнейших поступков, что, впрочем, и произошло.

А вот отец Амвросий рассказывает о себе, но обращаясь к пришедшему народу:

“Когда я был маленький, очень любил стегать одну лошадку в конюшне у отца. Она была смиренная. Но мать моя предостерегала: оставь! — А я все не слушался: подползу к ней, и все ее стегаю. Она же все терпела, и как вдруг ударит меня задней ногой, так и вырвала у меня кожу на голове, и до сих пор знак есть.”

При этом батюшка показал на свою голову.³⁷ Те же, к кому он обращал свое слово, узнали себя.

В психологии терапевтические истории содержат в себе решение проблемы на многих уровнях. Это сложное искусство может быть полезно и пастырю, но для этого следует обратиться к соответствующим книгам.

В историях можно использовать метафорический язык и метафорические образы, которые употребляет сам пасомый. Очень часто употребляет метафоры и метафорические истории в своих сочинениях Святитель Тихон Задонский. Буквально каждое его сочинение построено на метафоре и аналогии. Особенно примечателен в этом отношении его самый знаменитый труд “Сокровище Духовное от Мира Собираемое,” в котором он научает душу благотворному изменению на простых и доступных и мудрому и простолюдину примерах.

Рассказывая метафорическую историю, можно использовать язык жестов. Иногда жест производит большее впечатление, чем сказанное. Вот как рассказывает одна монахиня о встрече с о. Варсонофием:

“Вы меня видели В 1905 году, в Москве, на трамвае. Я тогда была еще легкомысленной девицей, и вы обратились ко мне с вопросом: что я читаю? А я в это время держала книгу и читала. Я ответила: Горького... — Вы тогда схватились за голову, точно я уж невеста что натворила. На меня ваш жест произвел сильное впечатление, и я спросила... (Жизнеописание оптинского старца Варсонофия, стр. 151).

Для того, чтобы научиться рассказывать метафорические истории правильно, с пользой для слушателя, необходимо придерживаться нескольких принципов:

В построении историй есть и свои правила изложения.

1. Для того, чтобы обучиться искусству рассказывать истории, наблюдайте за теми, кто умеет рассказывать их. Используйте в рассказе различные приемы для придания рассказу драматичности, юмора, напряженности. Историю нужно рассказывать непринужденно. Тогда человек, к которому обращена история, чувствует себя свободно и доверительно. Если же сказать что-либо прямо, то часто это воспринимает-

³⁷ Схиархимандрит Агапит (Беловидов). Жизнеописание оптинского старца иеросхимонаха Амвросия, стр. 48.

- ся “в штыки.” Поэтому история и имеет преимущество, что позволяет рассказывать о чем-либо, минуя защитные реакции греховного разума.
2. Для начала истории должно быть какое-то разумное основание. Например: “Когда ты сейчас говорил, я вспомнил один случай, который произошел с тем-то...” Если будут выполнены эти два правила, то человек будет слушать эту историю внимательно. В зависимости от того, какая была история, он сможет применить ее к себе, сознательно или подсознательно. Подсознательно воспринятые решения так же ведут к изменению человека, к разрешению его проблемы.
 3. Рассказав историю, не делайте выводов!!! Вывод должен сделать сам слушатель. Именно этим ценны жития святых. В них — только живые примеры. Если же к ним добавляется “мораль,” житие как бы теряет силу воздействия — не остается места внутренней работе слушателя (или читателя). В лучшем случае можно предложить слушателю сделать для себя самого вывод из этой истории (не вслух).
 4. Избегайте метафорических рассказов о животных.
 5. Не делайте себя положительным героем ваших историй, поскольку в таком случае польза метафоры будет напрямую зависеть от отношения лично к вам. Даже если вы захотите что-либо рассказать о себе, лучше сделать это как бы о другом человеке.
 6. Однако допустимы формулы: “В моей практике был такой случай...” “Один старец рассказывал...,” или же “Помнится, в Древнем Патерике история о. ...” с которых можно начать повествование.
 7. Вставляйте косвенные обращения-сообщения.
 8. Для усиления впечатления в особо важных местах можно использовать паузы и молчание.
 9. Рассказ для взрослых может быть подлиннее, для детей — покороче.
 10. Желательно следить за использованием в речи предикатов трех репрезентативных систем.
 11. Для того, чтобы история была приемлема верою собеседника, желательно рассказывать непридуманные, известные вам истории.

Метафорическая история оказывает активизирующее и побуждающее действие. Искусством спонтанно и легко конструировать такие истории может овладеть только тот, кто научился доверять собственному сердечному чувству.

Овладев искусством рассказывать истории, пастырь сможет умело вести пасомых к нужным изменениям без конфликтных стычек и столкновений.

Использование языка образов.

Для объяснения чего-либо следует прибегать к образам, т.к. они схватываются легче, чем длинные рассуждения. В Библии часто используется язык образов: радуга — завет между Богом и людьми, горящий куст Неопалимой Купины, “Вода текущая в Жизнь Вечную,” “Хлеб Небесный,” многочисленные образы Апокалипсиса и многие другие. Структура образного языка имеет свои особенности: он не имеет развитого логического синтаксиса и в нем нет отрицания. Образный язык всегда положительный. Таких отрицаний как: “нет, никакой, никто, никогда, нигде,” в нем не существуют.

К примеру, преп. Амвросий часто говорил на этом языке. Вместо того, чтобы говорить о тщеславии и как-то обличать человека, он говорил: “не хвались горох, что лучше

бобов, размокнешь — сам лопнешь” (Схиархимандрит Агапит (Баловидов), “Жизнеописание оптинского старца иеросхимонаха Амвросия,” стр. 49, ч. 2).

Вот как описываются беседы отца Нектария: “Батюшкина беседа! Что перед ней самые блестящие лекции лучших профессоров, самые прекрасные проповеди. Удивительная образность, картинность, своеобразие языка. Необычна подробность рассказа, каждый шаг, каждое движение описываются с объяснениями. Легкость речи и плавность” (Жизнеописание оптинского старца иеросхимонаха Нектария).

Косвенное обращение-сообщение.

Авва Арсений, уже довольно долго живя в пустыне, имел одну привычку, несоответствующую его монашескому образу — сидел, положив одну ногу на другую. Святые отцы-подвижники, приходя к нему, не решались сказать об этом прямо. Тогда, договорившись, один из них сел при о. Арсении так, как сидел он. Увидев это, старший из отцов отругал этого монаха. Авва Арсений же, видя это и слыша, вразумился и никогда более не сидел таким образом.

Здесь мы видим мудрость древних отцов и их опытность в знании психологических законов. Таким же образом можно поступать и с тем человеком, кто противится наставлениям и советам. Обращаясь к кому-либо из предстоящих, можно рассказать какую-то историю или дать совет, относящийся прежде всего не к нему, а к тому, кто противится прямому наставлению.

Так же поступали и оптинские старцы Макарий и Леонид, о. Илларион вспоминает:

“Бывало, пожалуюсь ему на батюшку о. Макария, и о. Леонид, при мне же сделает ему выговор для того, конечно, чтобы кротость и смирение батюшки о. Макария послужили мне примером, когда я вырасту из духовного малолетства. А я, по малой моей тогда духовной опытности, еще не мог понять смысла сего и доволен был, что о. Леонид батюшку о. Макария обвинил, а меня оправдал” (Житие оптинского старца Иллариона, стр. 144).

Фиксирование внимания посредством прикосновения.

Многие из нас прекрасно помнят, как задушевно и тепло воспринимается слово собеседника, если в процессе разговора он слегка прикоснулся к руке или к плечу. Тем более значимо для верующего прикосновение десницы духовника.

Если в процессе произнесения того или иного словесного увещевания, пастырь возьмет правую руку собеседника в свою руку, уровень принятия произносимых слов возрастает. Однако использование этого в пастырском душепопечении должно носить естественный, искренний, контекстуальный характер.³⁸

И естественно, слово произносимое священником вместе с благословением, которм, как правило, заканчивается беседа с пастырем, может вполне естественно и легко лечь на самую глубину сердца собеседника.

Фиксации положительных состояний.

Обращение к различным положительным запечатленным состояниям души, связанным с каким-либо внешним действием, успешно используется в психологии для решения душевных проблем. Запечатленные состояния души, связанные с неким прошлым эмоцио-

³⁸ Не всегда уместным покажется подобное действие со стороны пастыря в общении с женщиной или малознакомым человеком.

нальным опытом, в психологической науке называются **якорями** (Якорь — это, образно выражаясь, кнопка, включающая прошлые эмоционально запечатленные состояния). В некоторых случаях якорь может извлекать наружу эмоциональный опыт, который вызывает негативные переживания.

Якоря ежедневно и ежечасно возвращают каждого из нас в прошлое. К примеру, человек ни с того, ни с сего ощущает страшную тоску и не понимает ее причины, не замечая, что в соседней комнате в телевизионной программе звучит женский плач, в котором подсознательно узнается очень похожий плач запечатления раннего детства, связанный с какой-то негативной детской ситуацией.

Или другой пример: в комиссионном магазине наш взгляд скользнул по какому-то предмету, даже не остановившись на нем... Настроение изменилось, щемящее чувство встречи с чем-то дорогим и очень личным коснулось нашего сердца. Что же произошло? Душа помимо логического осознания “прочитала” в старой этажерке эмоциональное воспоминание о деревенском доме горячо любимой покойной бабушки, подарившей когда-то столько тепла и любви.

Почему же мы не смогли осознать произошедшую в нас перемену настроения? Потому что якоря действуют помимо сознания человека.

Всякое состояние души человека, положительное или отрицательное, можно сознательно зафиксировать с помощью того или иного внешнего воздействия на человека. Якорем при этом является человеческое восприятие какого-либо события, внешнее воздействие выступает в роли самого события.

Как же при помощи якорения можно повлиять на изменение поведения человека? Примером использования этого метода в аскетике может стать описанная в одном из Патериков история с монахом, который не мог переносить обид и укоризн, в виду чего переходил из монастыря в монастырь. Однажды он, набравшись решимости (положительное эмоциональное состояние), написал на листке бумаги: “Терплю Бога ради.” И когда случались обида, унижение, поношение, заглядывал в этот листок и преодолевал возникающее затруднение. Братия монастыря, заметив перемену в монахе, обратили внимание на этот листок, и решив, что в нем находится какое-то магическое заклинание, насильно отобрали его. Однако, увидев надписание, они получили великое назидание из его образа действия.

Если применение этого приема по отношению к самому себе столь действенно, то тем более, оно может оказать значительную помощь, в случае, если будет предписано или применено пастырем.

В психотерапии якорение используется в разнообразных случаях: избавления человека от фобии (страха) перед тем, что в действительности не страшно, или же помощи в контроле себя в еде, курении, других вредных привычках, в преодолении какого-то негативного переживания и т.д. Во всех подобных случаях процедура якорения может привести к успешному результату.

Ввиду сложности этого метода, использовать его в пастырской психотерапии можно только после того, как пастырь усвоит и профессионально овладеет им, получив соответствующее образование. Здесь же дается только его ознакомительное описание механизма, а не готовое руководство к его использованию.

Мобилизация душевных сил.

Бывает, что воцерковляющийся человек не может по своей слабости освободиться от некоторых своих греховных привязанностей. Иногда такой человек желает не пить спиртное, и не пьет, пока находится в одиночестве, но у него не хватает душевных сил,

чтобы отказать приходящим к нему друзьям. На все просьбы остановиться он отвечает, что никак не может отказаться, когда угощают.³⁹ Такое поведение иногда бывает связано с прошлым опытом его отношений с людьми, когда ему никогда не удавалось говорить что-либо против воли своих близких. Иногда он видит себя в такой ситуации настолько слабым и безвольным, что никакие уговоры помочь не могут.

Подобные ситуации можно разрешить следующим способом. Если он не может отказать друзьям от своего имени, то пусть попробует представить, что на его месте оказался другой человек, которому не составляет труда это сделать. И от лица этого другого человека (воображаемого или реального) с помощью пастыря пусть разберется, как ему следует поступить и что сказать. Проделав этот опыт, пастырь, обращаясь к нему лично, говорит: “Иди и поступи так, как мы с тобой решили.” Таким образом, происходит мобилизация внутренних душевных сил для разрешения данной и подобных ситуаций.

Исцеление испытанием.

Метод испытаний, разработанный в Эриксоновской терапии, имеет многочисленные аналоги в православной аскетике.

Огромное психотерапевтическое значение страдания, испытания, душевного труда для исцеления душевных проблем признают вслед за святыми отцами и учителями Церкви, известнейшие терапевты: “Разве не тяжелое испытание является краеугольным камнем христианства? Изменение или обращение в христианстве опирается на идею о том, что душу можно спасти через несчастье и страдания. Когда христианин отказывается от радостей телесной любви и виноградной лозы и одевает власяницу, происходит обращение в веру. Благо ниспосланного несчастья является центром концепции спасения через страдание. В любом из христианских храмов мы прежде всего видим мученика, несущего свой тяжкий крест” (Джей Хейли. О Милтоне Эриксоне. НФ “Класс,” 1998 г., стр. 100).

Они подчеркивают огромное исцеляющее действие осознания своих грехов и покаяние в них на исповеди, что само по себе может стать серьезным испытанием для человека. “Если говорить о специфических приемах исцеления, то старейшим из них является исповедь — испытание, при котором человек должен ради спасения своей души открыть перед другим то, что хотел бы скрыть. Не менее устойчивой традицией является и покаяние (Имеется ввиду епитимья), следующее за исповедью. Подобно терапии тяжелым испытанием покаяние имеет две формы: покаяние как общепринятый обряд и покаяние для отпущения конкретных грехов конкретного грешника” (Там же).

Суть метода исцеления испытанием состоит в том, что имеющуюся греховную привычку или действие, влекущее к расстройству души, пастырь связывает с каким-нибудь заданием, более тяжелым для человека, чем исполнение греховного действия, но заранее непременно связав пасомого обязательством исполнения всего, что будет предписано для угасания желания этих греховных действий.

В православной аскетике страх Божий имеет ограждающее значение. Он связывает возможный греховный поступок с осознанием отпадения от Христа в вечности, которое для православного человека есть самое ужасное, что может случиться.

³⁹ У известного американского психотерапевта Ирвина Ялома в его психотерапевтической группе стоял на столе “немогущий” колокольчик. Когда кто-то из членов группы, говоря о непреодолимости той или иной жизненной проблемы произносил “не могу,” звон колокольчика заставлял его поправиться на “не хочу.” Пастырям, имеющим инфантильно зависимость от своих греховных привычек духовных чад можно рекомендовать завести себе такой колокольчик, который будет каждый раз напоминать пасомому об его ответственности за свое “не могу.”

Для человека, который еще не достиг высот духовного осознания, подобным наказанием может стать епитимья. Человеку, страдающему скупостью, в древности накладывали епитимью: заниматься делами милосердия — подавать нищим, помогать другим из своего имущества и т.д.

Можно вспомнить случай из Древнего Патерика, когда человеку, пришедшему в монастырь, дали послушание просить прощение у каждого входящего во врата монастыря. Это послушание, исполняемое в течение нескольких лет, сначала формально, внешне, потом — сердечно, угасило его гордость.

В качестве испытания можно использовать различные средства, действующие так, что греховный навык исчезает. Этот метод используется и при различных психических расстройствах, например, при бессоннице.

В одной из книг по психотерапии рассказывается, как с помощью этого метода был исцелен старик, пятьдесят лет страдавший бессонницей. Терапевт заранее заручился “честным словом”: если человек желает избавиться от бессонницы он согласен выполнить все, что предпишет терапевт, если это не противоречит его моральным и нравственным устоям.

В процессе их беседы выяснилось, что пациент болезненно переносил необходимость еженедельной натирки паркетных полов в доме, где он жил. Именно это задание и было дано ему исполнять в случае, если он не сможет заснуть до определенного терапевтом времени. Итак, когда его мучила бессонница, он должен был вставать и натирать полы. На пятую ночь он поставил банку с мастикой перед собой и лег с четким осознанием того, что если через 15 минут он не заснет, то опять будет заниматься натиркой... Проснулся он только утром, после которого стал быстро засыпать каждый вечер.

Схематически этот метод можно изобразить так: Симптом (или греховное действие) + задание на тяжелое испытание = исчезновение симптома (изменение греховного поведения).

Испытания могут быть самыми различными и желательно, чтобы они имели какую-либо связь с добродетелями. Иногда бывает нужно несколько раз проходить испытания, а иногда достаточно только лишь объявления, произнесения симптома (для некоторых это тоже форма испытания!) для его исчезновения. Но условия испытания должны быть поставлены так, чтобы человек был исполнен решимости выполнить его, каким бы оно не было.

Метод испытаний действителен, если между духовником и его чадом существует безусловное доверие. Если же доверие еще не образовалось следует заручиться решимостью обратившегося за помощью, т.к. без этого метод теряет свою эффективность. Пастырь может вызвать интерес у пасомого, говоря: “Я знаю как помочь Тебе в этом деле, но не знаю сможешь ли ты это выполнить?” От этого предположения человек загорается интересом и решимостью исполнить любое предложение. И чем больше пастырь выдерживает паузу и не говорит это испытание, тем более в пасомом крепнет решимость. Иногда можно откладывать сообщение испытания “до следующего раза” до тех пор, пока пастырь не увидит решимости выполнить любое послушание. И лишь при наличии этой решимости можно предложить испытание.

Для использования этого метода необходима последовательность и этапность действий:

1. Проблема, которую нужно преодолеть, должна быть четко определена. Необходимо разграничить обычное проявления человеческого естества от греховного. К примеру, еда в определенных объемах человеку необходима, а в излишних — вредна. Очертить границы дневной порции, и только после этого прилагать метод испытания для преодоления тревоугодия.
2. Человек должен сам стремиться к исцелению. Если пастырь заметит у человека проблему, нуждающуюся в преодолении, то должен не только констатировать факт греха, но и помочь пасомому в развитии причин для преодоления греха или греховой привычки. Подчеркнув серьезность проблемы и обсудив неудачные попытки человека справиться с ней, пастырь должен сделать особое ударение на том, что испытание — это многолетний и успешно действующий прием преодоления греха. Следует также учитывать, что для некоторой части людей мотивацией к тому, чтобы понести епитимью, может стать желание доказать, что священник не прав, не опытен, не понимает сути дела. Пасомому нелегко поверить, что именно этот метод сработает. Однако, как объяснит ему священник, единственный способ опровергнуть это — исполнить то, что благословляется. Не следует забывать, что большинство исцелений епитимьей напрямую зависят от отношения к личности пастыря и возможности тесного контакта с ним.
3. Испытание должно быть выбрано. Выбор делает пастырь, но возможно, что в сотрудничестве с пасомым. Оно должно быть достаточно суровым, чтобы преодолеть грех, не приносить физического вреда, четким и недвусмысленным, иметь определенное начало и конец.⁴⁰ Если в выборе участвует пасомый, мотивация к исполнению будет сильнее.
4. Испытание должно сопровождаться четким объяснением того, как его нужно исполнять. Священник должен дать четкие и недвусмысленные указания, разъяснив, что задание нужно повторять только в случае очередного проявления симптома и только в установленное пастырем время. Целесообразность своих действий и благословений пастырь в процессе терапии испытанием пастырь не должен объяснять, т.к. тем самым он сориентировал бы человека не на доверие его совету, а на руководство собственным разумом. Таинственное лучше воздействует на человека, особенно на интеллектуала, который может рационально опровергнуть любое утверждение.
5. Испытание не отменяется, пока греховный симптом не преодолен.

Достоинство этого метода состоит в том, что он может очень широко применяться и быть действенным там, где не помогают обычные способы борьбы с грехом.⁴¹

⁴⁰ В связи с вышесказанным хочется упомянуть, что по церковным правилам епитимья должна быть определенной и ограниченной во временном отношении, а не “пожизненной,” что можно нередко встретить сегодня.

⁴¹ Существует опасность, что необдуманное, скоропалительное использование метода исцеления испытанием молодым и нерассудительным священником может принести вред и только осложнит проблему. Главное условие для эффективно и правильного применения метода состоит в том, чтобы отношения между духовником и духовным чадом, как уже говорилось выше, строились на основе взаимного уважения и доверия. При этом недопустимо для исполнения предписываемого методом связывать человека словом “благословляю,” ибо в таком случае невыполненное будет расцениваться пасомым как грех и смущать его совесть. Лучше рекомендовать или предложить ему исполнить то или иное действие, заранее заручившись его согласием.

Задания с явной и неявной целью

Случается, что человек приходит на исповедь, толкаемый туда родственниками и знакомыми, говорящим ему: “Стоит тебе поисповедаться и все будет хорошо.” Этот человек, перечисляя (без покаяния) то, что ему наговорили знакомые, отходит от исповедального аналога, а облегчения при этом все равно не получает. И тогда он говорит родственникам, что исполнил все, что ему советовали, но по-прежнему ничего не помогает.

Встретившись с таким человеком, пастырю следует дать ему какое-либо малое задание (послушание), после которого он сможет заново прийти. Видимая сторона этого послушания для такого человека должна быть реальной и исполнимой. По окончании этого малого задания можно предложить еще одно.

Целью же такого задания будет его частое хождение в храм, в ходе которого изменится не только отношение к исповеди, но и сама его жизнь. Это и есть то изменение поведения, которое и содержит неосознаваемый смысл данного задания.

Разрушение эмоциональной связи с грехом.

Человек иногда совершает ошибку в борьбе с решением какой-либо проблемы и вместо разрешения еще больше поддерживает ее. В этих случаях необходимо обесточить поддерживающее проблему питание. Часто такие закрученные ситуации возникают у человека, борющегося с блудной бранью. Он бывает говорит себе, исполненный решимости, что не будет никогда это делать. Одновременно с произнесением этого он возвращается своей эмоциональной памятью к этому греховному опыту. Но язык образов, о котором мы уже говорили, по данным психологии, не содержит отрицания. На языке образов происходит восприятие данной ситуации как желание делать это. Поэтому от фиксации на том, что “я никогда не буду этого делать” идет внутреннее напряжение к тому, чтобы опять повторять это. Появляются навязчивые мысли и внутреннее побуждение толкает к тому, что человек опять окажется бессильным противостоять греху. В результате растет тревожность, на ее основе возникает невроз. Далее человек приходит в отчаяние, замкнутость и озлобленность.

Такую же ошибку совершают и пастыри, когда на исповеди заставляют пасомых описывать подробности совершенного греха (особенно это касается грехов блудных и зависимости от различных греховных привычек). Вызывая у них чувство стыда за содеянное, которое в дальнейшем (по их замыслу) должно удерживать от греха, они на самом деле стимулируют их к тому, чтобы грех опять был совершен. Чувство стыда за повторенный грех отталкивает человека, но не от греха, а от повторной исповеди о содеянном. Человек укрывает грех, чувствует вину, отчаяние и все возвращается на круги своя.

Пастырю в таких случаях следует разъяснить, что следует избегать зрительного или чувственного воспоминания подобных грехов, касаться их на исповеди только понятийно и кратко.

Язык телодвижений и жестов.

Общение между пастырем и пасомым является взаимодействием, и действующие лица в нем не нейтральны. Жесты, поведение, интонации, ритм общения, частота обмена репликами — все это активные средства общения. Каждый жест пастыря по отношению к человеку, находящемуся в состоянии сердечной открытости, может иметь важное значение.

Мы пользуемся этим языком бессознательно, вольно или невольно причиняя неудобства и даже страдания нашим близким. Будет лучше, если каждый человек, а особенно пастырь, научится пользоваться этим языком сознательно.

Подсознание человека работает как бы автоматически, независимо от сознания, поэтому язык телодвижений может выдать неискренность собеседника. В каждом из нас, а в особенности, в людях, которым приходится много общаться, существует до конца неосознаваемый механизм “считывания” невербальных сигналов другого человека. Люди, изучившие этот язык, обладают даром понимать другого человека даже в том, о чем он не решается сказать вслух. Более того, они избавились от отталкивающих жестов в себе и обладают способностью расположить к себе собеседника.

Умение войти в доверительное общение с пасомым может проявляться как на вербальном (словесном), так и на невербальном уровне. На невербальном уровне обращается внимание на позу человека, его речь, жестикуляцию. Человек чувствует себя спокойнее и уютнее, когда он видит перед собой подобного себе собеседника. Лучше будет, если пастырь предложит человеку присесть. Разговор стоя предполагает, что у собеседника нет времени, и в силу этого не располагает к глубокому раскрытию проблемы.

В психологической науке значительная часть посвящена отслеживанию обратной связи со стороны собеседника относительно сказанного ему посредством знания языка телодвижений. Важно при этом общаться, образно выражаясь, не с закрытыми глазами, а по невербальным жестам, кивку головы (невольному, в согласии или отрицании), улыбке или проявившемуся едва заметному недовольству, замечать, принято ли сказанное, откликается человек или нет.⁴²

К примеру, раскрытые ладони “сигналят” об открытости собеседника, тогда как попытка закрыть рот рукой или слегка без нужды произвольно коснуться носа во время произнесения тех или иных слов может быть сигналом о нечестности говорящего. Обманщик может раскрывать объятия и улыбаться, произнося комплименты, но суженные зрачки, поднятая бровь или искривленный уголок рта будут противоречить произносимым словам.

Если вы говорите, а собеседник прикрыл рот рукой — смените тему разговора, возможно, вам не верят. Если человек, сам не зная почему, в процессе общения часто кашляет, двигается на стуле, даже смеется — все это выражает его нежелание принимать ваши слова.

Почесывание и потирание уха означает бессознательное желание “отгородиться” от ваших слов, как бы “заткнуть уши.” Возможно, ваш собеседник наслушался вдоволь и хочет высказаться.

Почесывание шеи или места под мочкой уха в процессе разговора может означать “я не уверен, что я с вами согласен.”

Если собеседник оттягивает воротничок, он, возможно, подозревает, что его лукавство раскрыто и начинает испытывать волнение по этому поводу.

Когда вы увидите, что человек кладет в рот кончики пальцев, ободрите его, он сильно угнетен проблемой разговора.

Подпирание подбородка рукой означает, что вашему собеседнику скучно от того, что вы говорите.

Скрещенные на груди руки во время беседы или наставления могут означать защиту или сопротивление тому, что вы говорите. При этом собеседник на словах может завести вас в согласии с вашими словами или рекомендациями.

⁴² Пониманию языка телодвижений посвящена один из разделов этой главы.

Если собеседник держит руки поперек тела, или же “закрывается” каким-то предметом на уровне груди, а тем более, если он теребит пуговицу или, к примеру, без нужды крутит в руках четки, значит он волнуется и хочет это волнение скрыть. Утешьте, расположите его прежде чем начнете беседу.

Человек, несогласный с вами, но слишком стеснительный (или слишком уважающий вас) для того, чтобы высказать свое несогласие будет собирать с одежды несуществующие ворсинки. Предложите ему высказаться по поводу только что сказанного вами, а затем обсудите это.

Откиннутое назад и немного вбок положение головы означает заинтересованность. Взгляд исподлобья — враждебность.

По протянутой для рукопожатия ладони, к примеру, можно определить, властный человек перед тобой или смиренный. Если ладонь протягивается тыльной стороной вниз и захватывает ладонь собеседника — протянувший является человеком, который будет в общении доминировать. Вялая рука, протягиваемая тыльной стороной кверху, “говорит” о мягкости и/или расположенности собеседника.

Если при испрашивании благословения обратившийся не дает себе труда приклониться к деснице священника для того, чтобы приложиться к ней, а захватывает ее и подносит к своему лицу, то пастырь должен быть готов к тому, что общение может быть не из легких... и наоборот.

Заложенные за спину руки при разговоре или голова, откиннутая назад, могут сигнализировать об ощущении собеседником своего превосходства.

Иногда можно наблюдать: пастырь коснулся животрепещущей темы в беседе, а слушатель непроизвольно начал кивать головой. Углубитесь, раскройте подробнее поднятую тему!

Иногда же можно заметить, как человек говорит “да,” но при этом делает отрицательное движение головой. Остановитесь на этом подробнее!

Американский психолог Аллан Пиз, стоявший у истоков осознания языка телодвижений для улучшения возможностей понимания собеседника, в предисловии к своей книге “Язык телодвижений” пишет:

“Всегда найдутся люди, которые в негодовании будут восклицать, что изучение языка телодвижений является еще одним средством научного познания, с помощью которого люди могут проникнуть в тайну мысли и использовать это для того, чтобы эксплуатировать других людей и руководить ими. Эта книга стремится дать читателю более глубокое представление о том, как проходит коммуникация между людьми для того, чтобы он мог лучше понимать других, а следовательно, и себя. Если мы будем понимать механизм действия какого-то явления, нам легче будет управлять этим явлением. Отсутствие же знаний и понимания способствует появлению страха и предубеждения против этого явления. Орнитолог наблюдает за птицами не для того, чтобы перестрелять их и хранить, как трофеи. Точно также знания и навыки невербальной коммуникации помогут сделать каждую вашу встречу с другим человеком более глубокой и насыщенной” (Аллан Пиз. Язык телодвижений, Нижний Новгород, 1998 г).

Здесь приведены лишь отдельные отрывки того богатства методов, которые разработаны в психологии и в большинстве своем имеют аналоги в опыте православного душепопечения.

Возражения относительно невозможности использования предлагаемого могут быть самые различные: от нехватки времени на то, чтобы так подолгу заниматься с каждым отдельным человеком, до сложности в изучении этих приемов, их применении и отслеживании в беседе обратной связи. Безусловно, прежде чем вышеизложенные принципы найдут свое практическое применение, необходимо неоднократно прочитать их, необходим значительный труд, возможно, нелишним будет изучить дополнительную литературу по этим вопросам. Но практические результаты использования хотя бы некоторых упомянутых принципов сполна покроют затраченные усилия.

Душевное потребительство.

Многие пастыри замечали, что после общения с некоторыми людьми чувствуется вялость, слабость, “разбитость,” отсутствие душевных сил для решения текущих жизненных задач. Подобное встречается и в жизни обычных людей. Что это за явление, каков механизм его действия, можно ли защититься от этого?

Современной практической психологии и психотерапии известны подобные явления, характеризующиеся как поиск и использование людей в качестве защиты или источника жизненной энергии. Замечено, что подобные проявления также имеют место в семейных, производственных, дружеских отношениях.

Существуют также люди, которые сознательно действуют таким образом. Они весьма изобретательны и изощрены в методах и способах собственного эмоционального подкрепления. Их множество: от сознательного провоцирования других “сорваться” до изматывающей и бесплодной игры: “я несчастный, пожалейте меня.” Подобным людям достаточно побыть несколько часов рядом с потенциальной жертвой, в некоторых случаях ею может оказаться священник, чтобы удовлетворить свои потребности. Через несколько часов после такого “приятного” общения жалеющий чувствует совершенно беспричинный упадок сил или неясное недомогание.

Кандидат медицинских наук А. Алтунин говорит об особенностях, последствиях и механизмах преодоления зависимости от подобных отношений.

“Если такой человек постоянно находится рядом с вами, вы ощущаете частые колебания своего настроения, уменьшение производительности умственного и физического труда, некоторую косвенную, смутно ощущаемую интеллектуальную и психологическую скованность, “зажатость,” заторможенность, которые в значительной степени исчезают при перемене общества. Иногда чувство облегчения настолько существенно, что вы ощущаете внутреннюю легкость, радость, свободный полет мыслей и чувств — нечто, напоминающее вдохновение.”

Замечено, что психически неустойчивые люди, найдя более устойчивого, более волевого или просто душевно теплого человека, цепляются за него посредством постоянного акцентирования внимания на себе и на своих проблемах, постоянной попытки вторжения в его душевный мир, попытки, доходящей в своих притязаниях до разрушения “донора.” Для них характерна умелая спекуляция на уделяемом внимании при полном нежелании работать над собой.

На начальных этапах отношения между человеком, дающим душевные силы, и потребляющим их, выглядят как взаимовыгодное сотрудничество. Иногда даже создается впечатление, что большую пользу получает донор, который предоставляет и защиту и жизненные силы, ощущая себя человеком, который “нужен людям,” не замечая начала проявления духовного потребительства. Если же “донором” оказывается духовник, то можно только поскорбеть о его незавидном положении. А ведь духовников окружают десятки духовных чад и просто людей с подобными потребительскими душевными наклонностями.

Конечно же, речь идет не о тех случаях, когда импульс душевных сил человеку дать просто необходимо. В случае реальной помощи нуждающимся людям, душевные силы духовника восполняются Богом, и чем больше он их отдает, не жалея времени и сил для своих духовных чад, тем в большей степени происходит это восполнение. Речь идет о пустопорожном потребительстве времени и сил священника. И поэтому священнику важно научиться различать, где — искренне нуждающийся человек, а где — проявление душевного потребительства.

А. Алтунин пишет о вариантах разрешения этой проблемы в семейных отношениях. Думаю, что его совет, восходящий по сути своей к христианскому осмыслению выхода из любого конфликта, может пригодиться пастырю не только в качестве совета для случая семейного разлада, но и в личных отношениях со своими пасомыми. Напомним только, что здесь, как и в других цитатах из психологической литературы важно прочитать изложенные языком светской психологии закономерности и механизмы глазами православного человека:

“Как же уберечь себя от отрицательного влияния таких людей? Путей несколько. Изменить отношение к себе, к своему спутнику, более четко и сознательно моделировать общение с ним (с ней). Для начала можно устроить небольшой семейный “совет,” на котором в спокойном и доброжелательном тоне попытаться обсудить ваши взаимоотношения: выявить конкретные качества, которые вам обоим нравятся и не нравятся друг в друге, что в поведении каждого приятно, что вызывает раздражение, что ему (ей) хотелось бы в вас изменить в первую очередь и почему...”

Большинство людей считает, что со своими домашними они могут разговаривать, как им хочется, и что в семейных отношениях какие-либо нормы поведения могут не учитываться. Это одно из самых распространенных заблуждений. К своим-то как раз и следует относиться не просто хорошо, а хорошо вдвойне. Иначе говоря, максимально уважительно в любом споре или конфликте, даже если вы считаете себя полностью правым. Предупредительность и чувство такта по отношению к домашним (а если быть до конца точным, то и ко всем остальным, независимо от их возраста, пола, социального положения и т.д.) в первую очередь важны для вас самих, потому что вежливость и сдержанность позволят вам сохранять не только свою психическую и физическую энергию, но наряду с другими общечеловеческими добродетелями дадут возможность укрепить свой дух, повысить гармоничность своей личности в целом, создадут более выраженные предпосылки к обретению душевного равновесия и в отдельные “пиковые” моменты жизни, и в повседневной суете, напряженном ритме нашего современного бытия.”

Автор утверждает, что мысль, отрицательное чувство или поступок образуют вокруг человека соответствующее эмоциональное поле. И если человек сеет вокруг себя только раздражение, злобу, ненависть, месть, жестокость, агрессивность, эгоизм, лживость, равнодушные и высокомерие, — все это к нему же и вернется, принесет новые, еще более тяжелые и

серьезные страдания. А если он сеет только доброе и светлое, причем часто бескорыстно, то Бог сторицей воздаст ему за вклад в борьбу с силами зла.

“Гибкость и дипломатичность в большом и малом, постоянное желание и стремление найти наиболее оптимальный и взаимно приемлемый компромисс — вот реальный путь сохранения собственного “Я,” укрепления своего психологического и психического, нравственного и физического здоровья. Эти правила выработаны тысячелетиями и действуют независимо от понимания или непонимания их. Чем более великодушными и снисходительными, терпимыми (к слабостям и недостаткам) и терпеливыми (к ошибкам и заблуждениям) вы будете в отношениях с окружающими, тем больше у вас будет шансов ощутить настоящее счастье, тем больших высот вы сможете достичь на пути духовной эволюции. А это является главной, вечной и непреходящей ценностью человеческой жизни.”

Интересные мысли по этому поводу можно встретить у доктора психологических наук Т. А. Флоренской. Говоря о практической помощи в разрешении конфликтных ситуаций со стороны психологов, она пишет о нередком в их практике проявлении со стороны больных

“стремления к личным дружеским взаимоотношениям с психологом, ожидании от этих отношений удовлетворения своих неудовлетворенных потребностей в любви и признании. Случись это, психолог станет объектом требований, недовольств и обид, вымещааемых на нем отрицательных переживаний. Но главная беда не в этом, а в бесплодности такого рода отношений: пока человек ждет любви и внимания от других, живет этим, он никогда не удовлетворится, будет требовать все большего, и все ему будет мало. В конце концов он окажется у разбитого корыта, как та старуха, которая захотела, чтоб служила ей рыбка золотая. Такой человек всегда внутренне несвободен, зависим от того, как к нему относятся.

Пока человек только берет, ничего хорошего не получается. Рано или поздно он обанкротится. Фигурально выражаясь, чтобы росла прибыль от получаемого, его надо отдавать другим. Этот свой источник любви и добра нужно открыть в себе самом. И открытие должно совершиться не в уме, а в сердце человека, не теоретически, а внутренним опытом. Поэтому было бы неверно сказать такому человеку: “Эффект нашего общения так недолог, потому что вы больше думаете о себе, чем о других” Он примет это к сведению или займется самобичеванием. Подождем, когда он придет радостный и скажет: “Теперь я понял... Теперь я живу!” Это может произойти нескоро, так как такие люди больше живут умом, а не сердцем. А для начала сердце надо умягчить и отогреть, помочь человеку поверить в себя, чтобы, наконец, он узнал простую вещь: не только он нуждается в людях, но и люди нуждаются в нем.”

Этим советом, касающимся подопечных психолога, можно с полным основанием воспользоваться и пастырю, более того — как ключиком к подобной непростой ситуации. Ведь, как уже было упомянуто выше, **те проблемы, с которыми неверующие люди приходят к психологу, психиатру, психотерапевту, верующие идут к священнику**. И как до боли жалко становится, если молодой пастырь, вчерашний семинарист, попавшись на удочку осознания своей “нужности” и “полезности” не сможет найти правильный выход из такой ситуации.

Что же делать, если рядом с ним окажутся такие люди, которые со временем займут себе место в приходе или монастыре? Рано или поздно у священника могут иссякнуть человеческие силы для окормления таких людей. Душевные силы человека ограничены, и порой их иссякновение может обнаружиться совсем внезапно, на самом, казалось

бы, жизненном подъеме. Тем более, сами “потребители,” выигрывая тактически, проигрывают стратегически, ибо, чем дальше затягивается узел подобных отношений, тем ниже падает уровень их возможностей к подлинному сотрудничеству.

Обогрев, поддержав такого человека, на каком-то этапе отношений духовник должен сказать ему: “Вот теперь ты должен учиться идти дальше самостоятельно. Если тебе будет тяжело, трудно, если искушение твоей болезни окажется тебе вновь не по силам, то приходи, я поддержу тебя. А так, по мелочам, старайся меня не отвлекать. И все это я говорю тебя не потому, что я тебя больше не люблю, или по какой-либо другой причине, а потому, что хочу, чтобы ты начинал духовно расти, а значит сам учился справляться со своими искушениями и трудностями.”

Возможно, эти слова покажутся жестокими, возможно, пасомый увидит здесь чьи-то козни (“кто-то что-то ему обо мне опять наговорил”). Безусловно, жить, душевно “повиснув” на другом человеке, в данном случае на священнике, гораздо легче, чем самому преодолевать груз внутренних конфликтов и душевной неуравновешенности. Но именно в подведении человека к принятию ответственности за свои поступки и за конечный итог своей жизни видится правильный итог отношений пастыря с духовным чадом.

Поводы для обращения к психотерапевту.

Прежде чем приступать к рассмотрению этого вопроса, необходимо дать определение, что же такое психотерапия.

“Последнее издание “Психологического словаря” (1996) определяет психотерапию как “лечение человека (пациента) с помощью психологических средств воздействия” и — шире — как “оказание психологической помощи здоровым людям в ситуациях различного рода психологических затруднений, а также в случае потребности улучшить качество собственной жизни.”

Целью психотерапии является помощь при психических и личностных расстройствах легкой и средней степени тяжести, содействие в разрешении проблем и преодолении психологических затруднений, в актуализации резервов личностного роста.

Психотерапия бывает краткосрочной и длительной, групповой или индивидуальной, религиозно окрашенной или вне конфессиональной. Точкой приложения усилий психотерапевта может быть бессознательная сфера психики (все виды глубинной, аналитической психотерапии), мышление и сознание (когнитивная психотерапия, гештальт-терапия), эмоции и чувства, процесс сопереживания (роджерсианство), итоги восприятия — сенсорно-перцептивный опыт и его словесное воплощение (нейро-лингвистическое программирование), человеческое тело и процессы в нем (телесно-ориентированные подходы)” (Н. Ф. Калина. Основы психотерапии. Рефл-бук, 1997 г., стр. 20-21).

Следует заметить, что правильное, цельное и трезвое отношение к психотерапии, как к одной из прикладных областей медицины и социальной работы одновременно, в нашей стране еще не сложилось. Образ психотерапевта очень часто ассоциируется у многих людей со строгим доктором, который готов при неправильном ответе пациента сразу же накинуть на него смирительную рубашку.

Однако к пастырю люди часто приходят с вопросами, проблемами, мешающими движению и личностному росту, но которые лишь отчасти можно отнести к области греха

или страсти. При их решении необходимо определенное количество специальных психотерапевтических знаний.

Смирненное признание того, что священническая хиротония и диплом об окончании Духовной Семинарии не дают священнику права вторгаться и директивно орудовать в области сложных психических процессов только украсит пастыря, встретившего на своем пути человека, проблема которого находится вне духовнической компетенции.

Владея психотерапевтическими знаниями пастырь, мог бы оказать психологическую помощь своим пасомым. Если же знаний для разрешения возникающих проблем не хватает, благоразумнее было бы, признав свою недостаточность, отправить человека на консультацию к врачу или психотерапевту-профессионалу.

Автору книги нередко приходилось встречаться с мнением, что во всех проблемах человеческих виноваты только грехи, а решением всех душевных проблем человека может стать только исповедь или “отчитка.” Утверждающие это считают, что проблем, находящихся вне линейности “грех—добродетель,” просто не может существовать. Подобный подход некоторых верующих людей (не исключая и священников) к многогранности человеческой личности не соответствует тому глубокому учению о человеческой личности, которое предлагают нам святые отцы и может только дискредитировать Православное учение о человеке в лице как медиков, профессионально занимающихся душевными болезнями, так и психотерапевтов, помогающих в работе над преодолением различных ограничений, наложенных на человека воспитанием, средой, обществом.

Чтобы не быть голословными, приведем примеры затруднений, в которых помощь психотерапевта может оказаться весьма полезной. Приведенные случаи не являются психопатологиями, с одной стороны, с другой — они не являются собственно грехами или греховными проявлениями, для разрешения которых необходим исключительно религиозный подход. Проще говоря, проблема требует всестороннего рассмотрения. Итак...

Первым примером из довольно-таки распространенных случаев, в которых необходима помощь психотерапевта, может быть трудность адаптации к тем или иным изменениям в жизни человека. Любое изменение человеческое, даже самое что ни на есть положительное, есть испытание для него. Самый светлый пример: рождается ребенок. В полной семье, у молодых, любящих родителей, желанный. Но каждый, кто сталкивался с этой ситуацией, знает, что после рождения ребенка ничего и никогда не будет уже так, как раньше. Драматическим образом меняются отношения в семье. Папа чаще всего испытывает дефицит внимания, к которому привык, а мама, болезненно замечает, что он недостаточно ее поддерживает в новой роли. Ребенок становится предметом страстей, ревности, становится одной из вершин треугольника. Другая ответственность, другие тревоги. Концентрация изменений довольно велика, особенно для матери. Такое изменение для некоторых заканчивается стрессом.

Другая ситуация. В течение довольно короткого отрезка времени семья переехала на новое место, родился ребенок, потеряли любимую кошку или другое любимое животное, финансовое положение изменилось в худшую сторону... И все это случилось очень резко. Концентрация этих изменений такова, что можно с уверенностью предсказать, что кто-то из членов этой семьи в ближайшее время окажется в группе риска. Возможно, это вызовет ухудшение физического здоровья, бессонницу, наступит утомляемость, потому что количество изменений на единицу времени предельно.

В последние годы в силу экономических, политических, нравственных изменений, происходящих в нашей стране, мы находимся в полосе непрерывных изменений, находим-

ся в неопределенной ситуации и ждем все новых изменений. У некоторых людей буквально почва уходит из-под ног. И поэтому возможности адаптации к этим изменениям находятся уже в несколько перегруженном состоянии.

Многие за короткое время поменяли работу, поменяли круг общения, постоянство своей среды. Мы увидим, что многие изменения, которые переживают люди, падают на благоприятную для развития болезненных состояний почву перегрузки. В период назревающих перемен человек может быть готовым к тому, что в какой-то момент может понадобиться психологическая помощь.

Следующей группой поводов для того, чтобы подумать об обращении за помощью к психотерапевту, является страх нового. У человека может быть целый набор негативных реакций на все новое в его жизни: может быть, это раздражение, страх в чистом виде или же уклончивое избегание, построение своей жизни так, чтобы не произошло чего-то нового. А перемены в жизни, несмотря ни на что, все равно происходят. Но человек пытается жить так, будто ничего в жизни не меняется. В какой-то момент требование реальности и это специфическое отношение к переменам приходят в противоречие. Иногда можно слышать, как вместо осознания своего нежелания измениться, нежелания работать и преодолевать трудности человек говорит: “У меня такой крест,” или “Такова воля Божия, чтобы быть мне несчастным (нелюбимым, безработным и т.д.),” хотя на самом деле несчастья происходят в виду повышенной боязни психологического риска, связанного с переменами.

Еще одна группа поводов — это если человек не справляется с какой-то привычкой, и она начинает властвовать над человеком. Это называется зависимостью. **Зависимости** бывают химическими — табак, алкоголь. А бывают и другого плана. Например, женщина чувствует себя живой только тогда, когда она в кого-то остро влюблена. При этом она выбирает таких “персонажей,” от которых, кроме огорчения, ничего получить просто невозможно. Но ценностью для нее являются не сами отношения с мужчиной, а состояние накала ощущений, состояние безумия влюбленности. Человек, который постоянно пребывает в этом, ведет какой-то странный, инфантильный образ жизни. В какой-то момент женщина может заметить и честно признаться себе в странности своего поведения, и обратиться к психотерапевту.

К той же категории относятся зависимость от компьютеров, невротическое переедание. Потребность становится автономной и приобретает слишком большую власть над всей остальной жизнью, разрушая социальные связи, мешая исполнению повседневных обязанностей, приобретает формы зависимости. Человек находится в состоянии, когда он действует как бы не по своей воле. Если словесное формулирование на исповеди зависимости как греховного проявления и обычный совет о борьбе с грехом со стороны священника не всегда приводит к разрешению проблемы, можно попробовать иной, психотерапевтический подход.

К зависимости можно отнести поведение так называемых **трудоголиков**. Преданность делу, сгорание на работе, умирание в оглоблях и т.п. традиционно принято считать проявлениями жертвенными, положительными. Раньше образ такого человека считался идеалом. Однако скудость душевных и духовных проявлений, “синдром выходного дня” (“Чем заняться в выходной?” “Побыстрее бы на работу!”), неумение переключаться из режима работы в иную деятельность, и, как следствие неумение воспользоваться отдыхом, переключиться, приводит, в конечном итоге, не только к краху работы, но и к личностному краху трудоголика.

Синдром трудоголиков просматривается у людей, занимающихся бизнесом, но не имеющих идеального политического, философского, творческого обоснования своего синдрома. Они работают для того, чтобы работать. В какой-то момент происходит то же самое, что происходит, когда возникает зависимое поведение. Работа начинает вести человека по жизни, оттесняя другие любые потребности.

Вообще одной из характеристик любого зависимого поведения является то, что оно стремится занять верхнюю полочку в иерархии ценности. В западном обществе обратили внимание на этот синдром в связи с массовыми жалобами активных, успешных мужчин на свое физическое здоровье. В современной жизни этот синдром становится все более и более распространенным, часто сочетаясь с другими. Например, человек, который очень много работает не для того, чтобы жить, а живет для того, чтобы работать, пытается снять напряжение алкоголем. Таким образом, образуется клубок: человек с высоким интеллектом, изрядными волевыми качествами, в общем успешный в жизни, попадает в тупик, следующий рубеж которого — ухудшение отношений в семье. Если вовремя заметить первые признаки трудоголии и обратиться за помощью, проблему можно решить без осложнений.

Далее, поводом может стать ситуация, когда по каким-то причинам, которые неясны самому человеку, чрезвычайно трудным кажется то, что легко дается большинству его знакомых. Например, вступать в разговор с незнакомым человеком или делать какую-либо покупку без советчиков. Или по каким-то причинам человек тяготеет к многолюдству, несмотря на то, что связан необходимостью общения с людьми в силу профессии или общественного положения, хочет побыстрее убежать от людей, чувствует себя комфортно, только оставаясь наедине. В психотерапии такое явление принято называть **малоадаптивным личностным комплексом**. Эта, на первый взгляд незначительная личностная особенность, может оказаться очень серьезным препятствием для личностного роста человека.

Поводом может стать боязнь темноты, высоты, открытого пространства или публичных выступлений, которая выросла до таких размеров, что из-за нее нужно менять или что-то упускать в своей жизни. Например, отказаться от хорошей квартиры, потому что она на высоком этаже, или отказаться от работы, потому что она связана с публичными выступлениями. Когда подобные страхи входят в противоречия с остальной реальностью, необходима психотерапевтическая помощь.

Следующий повод: обычное заболевание человека врачи квалифицируют как заболевание психогенной или психосоматической природы: “на нервной почве.” Или когда сам человек замечает за собой, что его болезнь тесно связана с отношениями на работе или в семье. Давно замечено, что соматические заболевания имеют корни в душевной природе, в том, насколько человек умеет радоваться, прощать, полагаться на волю Божию в будущем.

Причиной направления к психотерапевту не только пастырем, но и обычным врачом может стать падение иммунитета. Это говорит о том, что существует внутреннее душевное неблагополучие.

Поводом может послужить также пережитый ранее необычный психотравмирующий опыт. Например, человек попал в аварию, оказался свидетелем или жертвой насилия или преступления и т.д. И как следствие этого: заикание, боязнь быстрой езды, боязнь замкнутого пространства, например, купе, боязнь душевной близости с людьми противоположного пола.

Иногда таким поводом может стать перенесение потери близкого человека или лечущей операции. Внутренний надлом достигает такого размера, при котором в одиночку человек справиться не может. Переживание потери требует времени и внутренней работы. Если за какое-то время привыкания и принятия факта потери не происходит, человек застревает на остром переживании потерь, то необходима помощь.

Если в жизни человека какая-то ситуация повторяется раз за разом отрицательным образом, это тоже повод для обращения к психотерапевтической помощи. Например, третья женитьба, седьмое новое место работы в течение года, сто пятидесятое разочарование в человеческой порядочности и т.д. Работа с проблемой человека в таком случае будет длительная, исследовательская.

Следующий повод: если человек себе не нравится большую часть времени или постоянно. Подобное невротическое состояние является для многих новоначальных православных людей как бы желанной нормой, некоей “аскетической высотой,” что не совсем верно. У каждого человека бывают периоды, когда самооценка падает. Это вызывается или неудачей или возрастным изменением. Но если подобное состояние занимает большую часть времени жизни, человек нуждается в психотерапевтической помощи. Принятие самого себя таким, каков я есть, во-первых, и потребность стать лучше, во-вторых, являются более действенным фундаментом для роста к духовному, чем самоугрызение и невротическое чувство вины, которые ни со смирением, происходящим от слова “мир,” ни с покаянием, которое (по словам святых отцов) является радостотворным плачем, не имеет ничего общего. Поскольку понятие “самоуничижение,” “смирение,” “осознание своего недостойнства” для невротической личности могут оказаться сильнодействующими лекарствами, осмыслить указанное различие, назначить дозировку их применения в каждом конкретном случае может или опытный духовник, или психотерапевт, знакомый с ценностным миром Православия.

Еще один повод: человек не может смириться с переходом в следующую возрастную группу. Перспектива старости вызывает страх, человека не устраивает нормальный ход вещей.

Следующий повод: человека часто обижают, обманывают, предают и подводят, часто используют окружающие люди. Еще один повод: человек сплошь и рядом ошибается в людях. Рано или поздно он начинает подозревать, что, возможно, дело не только в них, а в нем самом.

Причиной для обращения может стать также ощущение творческого кризиса. То, что давалось легко, в какой-то момент ускользает, уходит. Человеку кажется, что теперь, когда иссякли его творческие силы, жизнь потеряла смысл.

Еще один повод: человек (безосновательно или по какой-то причине) тревожится до такой степени, что ему становится неважно, тревога парализует его. Психотерапевт может объяснить человеку, что тревога является проявлением положительным. Тревожные люди, как правило, достигают больших успехов. Он научит обращаться с тревогой и тревожностью как с больным органом в структуре человеческой души, который о чем-то сигнализирует человеку, о чем-то хочет ему сообщить.

Следующий повод: навязчивые мысли и воспоминания, мысли о грядущей тяжелой болезни, собственной или кого-то из близких. Или же, когда жизнь кажется тяжелым бессмысленным делом, причем так было не всегда, или когда преследует ощущение тяжести в жизни, когда человек безрадостно встречает утро. Одна треть людей приходит на прием к психотерапевту по поводу депрессии или субдепрессии.

Если замучили чувство вины или стыда, а повод явно не соразмерен с мучениями, и обычные рациональные объяснения не помогают, необходимо посмотреть проблему на психологическом плане.

Поводом для обращения к психотерапевтической помощи может стать ситуация, когда человек начинает довольно часто терять контроль над собой. С другой стороны, в некоторых случаях необходимо овладение своими импульсами, работа со своим поведением. Иногда взрослому человеку приходится учиться повышать голос, плакать, срываться в таких случаях, когда ранее этому не давался выход, но проявление таких эмоций в конкретных случаях вполне естественно. В последнем случае проблема внешней скованности происходит чаще всего от того, что когда-то в раннем детстве человеку запретили проявлять себя естественным образом. Такие люди живут, чаще всего не удовлетворяя свои душевные потребности, пряча себя в скорлупу отгороженности от людей, запрещая себе быть естественными и радостными. Особая проблема, если теоретическое обоснование такой отгороженности они обретут в аскетических книгах святых отцов, прочитанных болезненным, невротическим мировосприятием человека. Работа со сформировавшимися на этой почве убеждениями — наиболее трудный участок работы пастыря или христианского психотерапевта.

Следующий повод — это неуверенность и сомнение. Человек, по природе способный воспринимать оттенки, разные аспекты мысли, ситуации слишком остро, часто сомневается. И здесь необходима помощь психотерапевта, могущего соотнести и уложить в сознании человека представления его о вере в достижение поставленной цели, ведь без веры невозможно достигнуть цели с христианским смирением и самоукорением.

Сложности внутрисемейных отношений — еще один повод. Бывает и такая ситуация: один член семьи хотел бы, что психотерапевт поработал с кем-то из других членов семьи. Чаще всего это ребенок. И в каких-то ситуациях помощь возможна, скорее, в тех, когда ребенок пережил или испытал что-то, что находится вне самой семьи, к примеру, острую травму. Если же источник находится в самой семье, необходима помощь семейного терапевта.

Если очень трудно жить в своей семье, и человек ищет какие-то возможности облегчить свою жизнь (постоянно уходит к друзьям, в работу или просто пьянствует); если человек не может установить контакт с тем человеком, с которым это необходимо, например, со своим начальником; если собственная внешность приводит его в отчаяние, он также может обратиться к психотерапевтической помощи. В приведенных случаях пастырь, который не может справиться с проблемами, может направить человека на консультацию.

Если пастырь будет вынужден адресовать человека на консультацию к психотерапевту, он должен быть уверен, то это не повредит душе пасомого.

По каким признакам можно определить профессионального психотерапевта, отличить его от гуру, шаманов, магов и целителей, которые в таком количестве развелись сегодня на нашей земле? Этому посвящена следующая глава.

Профессиональный психотерапевт и шарлатан.

Все, что связано со сферой душевной болезни, современного человека, конечно, пугает и отталкивает. Безусловно, психотерапевты иногда имеют дело с очень тяжелым контингентом — с острой психической травмой, с умственно-отсталыми, с людьми, имеющими ха-

рактологические особенности. Но в основном, главный контингент психотерапевтов (в отличие от психиатров, ориентированных более на психопатологии) — это вполне благополучные люди.

Кто же такой психотерапевт? Что это: профессия, призвание, научная степень?

“Психотерапевт — это человек, получивший психологическое или медицинское образование и прошедший специальную профессиональную подготовку в одной или нескольких отраслях психотерапии. В своей практике он опирается на соответствующие научные знания и представления, имеет сознательную стратегию влияния на клиента, владеет конкретными техниками воздействия и способен эксплицировать, описать и объяснить психологические механизмы собственной терапевтической деятельности” (Там же.).

Часто люди спрашивают: “Зачем платить деньги психотерапевту, если есть друзья, близкие, способные помочь, поддержать, дать совет?” Действительно, существует так называемая любительская психотерапия — душевная помощь близких, родителей, друзей. Но в ней есть несколько “но”:

1. Как правило, друг (или подруга) не совсем беспристрастен и не всегда бескорыстен.
2. Человек смотрит на вашу проблему под тем углом, который только и возможен в уже сложившихся отношениях.
3. Наши близкие не имеют специальных знаний и поэтому не могут трезво проанализировать проблему. Предложить какое-то новое видение ситуации они тоже не могут, потому что находятся внутри нашей системы и во многом смотрят на мир и жизненные ситуации нашими глазами.

Когда речь заходит о психотерапевтической помощи, у человека может возникнуть предубеждение, которое связано с воспоминаниями о Чумаках и Кашпировских, с легкой руки тележурналистов назвавшихся психотерапевтами. Использованные ими разрушительные формы воздействия на человеческую психику создали во многих наших соотечественниках убеждение в том, что в психотерапии врач для оказания помощи непременно должен подавить волю человека.

На это можно возразить: ни один профессиональный психотерапевт не заинтересован, чтобы лишить человека воли. Более того, 90 процентов сил в этой работе уходит как раз на то, чтобы помочь человеку эту волю обрести.

Люди, решившиеся обратиться к психотерапевту или направленные священником за помощью или на консультацию, вполне правомочно задают вопрос: “Не шарлатан ли он?” Прежде всего необходимо заметить, что

“психотерапией не являются ворожба, гадания, хиромантия, астрология, все виды экстрасенсорного целительства, чтобы там о себе ни думали занимающиеся ими люди. Снятие сглаза и порчи, наговорная вода, голодание в полнолуние, хиропрактика по-прежнему проходят по основанному Остапом Бендером ведомству материализации духов и раздачи слонов. Профессиональная психотерапия во всем мире, так же, как и у нас, предпочитает брезгливо держаться в стороне от подобных вещей” (Там же.).

К сожалению, сегодня любой человек может назвать себя кем угодно. Как же все-таки отличить профессионала от шарлатана? Приведем несколько наиболее ярких признаков. Шарлатана выдают:

- экзотическое поведение, рассчитанное на то, чтобы поражать воображение;
- обилие внешних эффектов;
- попытка подавить личную инициативу человека, поставив его в зависимость от личности предлагающего свои услуги;
- нарушения первоначальных договоренностей относительно психотерапии (временных, финансовых и др.);
- попытки заморочить голову непонятной терминологией. Профессиональные психотерапевты умеют говорить с клиентом на его языке и не испытывают необходимости, чтобы поразить воображение десятком научных терминов.

В сомнительном случае можно задать вопросы: “У кого и где Вы учились?” “Как приобретают Вашу специальность?” Люди, которым нечего скрывать, вам на эти вопросы охотно ответят. Психотерапевтическое обучение, как правило, длительное, дорогое, требует не только теоретического курса, но и наблюдения практических случаев под руководством более опытного коллеги. Человек, который занимается психоаналитически ориентированной терапией, как минимум, прошел ее сам, как минимум, учился лет пять (не меньше) и является членом каких-то профессиональных ассоциаций, сообществ. Кстати говоря, в психотерапии очень важен достаточно длительный практический опыт.

Следует обратить внимание на язык, которым изъясняется назвавшийся психотерапевтом. У профессионала не может быть таких выражений как “сглаз” и “порча”⁴³ и, как правило, не будет обещаний типа “верну любимого.”

Если сомнения не разрешились, можно задать провокационный вопрос о возможных гарантиях результата лечения. Их не должно быть. Трудность работы психотерапевта состоит в том, что человек, с одной стороны обращается к нему за помощью, в то же время что-то менять в себе, как правило, не хочет. Если эта преграда не будет преодолена самим человеком, ожидаемого улучшения не произойдет. Большую часть работы должен будет сделать сам человек, в виду чего врач не может знать заранее, какие результаты будут достигнуты. Может гарантироваться лишь профессиональная технология, но ни один грамотный профессионал не возьмется определять конечный результат.

Следует также помнить, что, выбирая психотерапевта, нужно выбирать не школу, не методику, а именно внимательного, чуткого человека. Профессиональные психотерапевты ищут встречу именно со своими клиентами, они не берутся за проблему, которую им лично трудно решить.

Существует представление о короткой терапии и о долгосрочной. Ни один профессиональный терапевт не ответит, сколько это займет времени. Психотерапевт может спросить: “Как бы вы себе представили результат (или цель) нашей совместной работы?” Сам клиент, а не психотерапевт должен определить ее цель.

Обязательно ли психотерапевт должен быть врачом в традиционном, медицинском смысле этого слова? — Нет. На результат конкретной работы с клиентом гораздо большее

⁴³ Кстати, эти выражения чужды и Православию. Поэтому, если человек встретит верующего, оперирующего этими понятиями, может вполне усомниться в его компетентности как человека православного вероисповедания.

влияние окажет его непосредственная специализация, личностные качества, чем его традиционное базовое образование.

Важной составляющей для обращающегося как за психотерапевтической, так и за пастырской помощью человека должно быть доверие к врачу, без которого почти невозможно достигнуть какого-либо движения вперед.

Христианская психология и святоотеческая психотерапия.

В нашей небольшой работе мы попытались сделать попытку состыковки пастырского, психологического и психотерапевтического взгляда на человека и его душевные болезни, но более отталкиваясь от последних двух, в виду того, что именно эта сторона в рамках как семинарского курса Пастырского Богословия, так и общецерковного подхода разработана недостаточно глубоко.

К сожалению,

“курса православной психологии в МДА нет до сих пор, хотя потребность в нем очевидна и в общепатриаршальском плане, и, особенно, в плане пастырского служения Церкви, — констатирует С. Л. Воробьев, один из авторов-составителей сборника “Начала христианской психологии.” — У меня в архиве — редкий документ, письмо ныне покойного старца, иеросхимонаха Сампсона (Сиверса), написанное в феврале 1975 года. Привожу его полностью в виду концептуальной важности документа.

“Ваше Высокопреподобие Всечестный о. Протоиерей! Очень жаль, выражу я, грешнейший и убогий ученостью, что на лекциях по нравственному богословию, т.е. по аскетике, (которая с некоторых пор не читается и не преподается в нашей Духовной Академии) не введен предмет “Православная психология,” который анализировал бы психологию страстей греховных, склонности к ним, виды их проявлений, корни их и происхождение, и невольно бы научал пастырей быть врачами грехов и пороков кающихся, и смог бы наглядно-убедительно приводить к **покаянию**, т.б. которое не есть осознание **наименованиями** греха священнику на исповеди, но есть **жительство, перерождение сердца с принесением плодов осознания греха**, т.е. оплакивания, ненависть до проклятия их и страха воспоминания их содеянного, с надоедливой мольбой о прощении их, помощи не повторить, ненавидеть, и волю от сердца уметь приносить противоположное дело бывшему оплаканному греху. Вот тогда только будет покаяние (как св. Златоуст требует).

Вот тогда будет **пастырство, т.е. проповедничество покаяния**.

Только тогда священник может сказать о себе: я удостоился быть пастырем, или: я удостоился величайшей чести на земле быть пастырем.

иеросхимонах Сампсон.”

Оставим в стороне обычные для христианского подвижника самохарактеристики типа “грешнейший” и “убогий ученостью”: старец Сампсон, в миру граф Сивере,— человек уникальной духовной биографии и европейской учености. Обратим внимание на два момента в письме: четкое осознание “зова” Бытия и конкретный ответ

на этот зов, формирующий, в сущности, предмет и задачи православной психологии: целостное живое знание о генезисе греховных страстей и пастырское искусство врачевания человеческих душ. При таком понимании православная психология становится частью сотериологии — учения о спасении человека, восстановления его души, поврежденной грехопадением.

Именно здесь — существенное отличие научной психологии от психологии православной.

В православной психологии человек берется не в модусе его наличного бытия, а в его долженствовании. Здесь нет апологии человека, а есть сотериологическое понимание человека как любимого творения Божия, созданного по образу и подобию Его, но отпавшего от Бога своеволием и теперь тоскующего об утраченном Эдеме, стремящегося вернуться в Отчий Дом” (Начала христианской психологии, М., “Наука,” 1995, стр. 86-87).

Насколько правомочно говорить о святоотеческой психологии как науке? Она реально существует, это — аскетика, наука, занятая изучением и практическим решением проблем внутренних конфликтов человека.

Аскетизм (от греч. “аскео” — искусно обрабатываю, упражняюсь в чем-либо), по мнению св. отцов, мы видим уже в раю, как заповедь о возделывании и хранении Едема. Тогда человеку были предписаны необременительные для души и тела упражнения по внешней и внутренней работе, бывшие лишь прообразом будущей каторжной работы человечества над своей душой после того, как посредством грехопадения человек лишился цельности, утратил душевные свойства, дарованные первому человеку в сотворении.

В чем же состоит отличие аскетики от светской психологии? Доступно ли светскому психологу изучение аскетики, дисциплины, на первый взгляд чисто религиозной? Епископ Варнава (Беляев), выдающийся христианский писатель и апологет XX века считает, что

“всякий, изучавший психологию научную (мирскую), желая приступить к изучению психологии святоотеческой, должен быть готовым встретить между ними большую разницу.

Ученые психологи в миру, сами будучи душевно-плотскими людьми, изучают всегда душевно-плотских людей и только под душевно-плотским углом зрения. Они настолько погрузились в плотность, что изучение психических явлений с помощью психометрических методов и разных машин стали считать высшим достижением науки. Эта поразительная узость мирозерцания и рабское подчинение материалистическому направлению, которые делают их подобными каторжнику, прикованному по рукам и ногам цепями к своей тачке, в данном случае — разными “авторитетами” и “духом времени,” не дают им возможности увидеть и поверить, что существует, кроме их аудиторий и экспериментальных институтов и кабинетов, еще другая жизнь, где царит свобода духовной мысли, — жизнь, наполненная сиянием вечного дня и благоуханием небесных откровений.”

Итак, по мнению епископа Варнавы, светская психология рассматривает только то, что относится к внешней стороне души человека, не учитывая те уровни и свойства человеческой природы, доступ к которым открывается лишь христианским откровением, хотя и в наиболее глубоких своих проявлениях предусматривает их существование и признает свою некомпетентность в решении вопросов и противоречий этого уровня.

“Святоотеческая психология, динамичная, в высшей степени живая, рассматривает дело в широком масштабе приснодвижущегося духа — духа, разорвавшего путы и оковы мира, борющегося со своими и его страстями и перешедшего грань материализма.

Ученые психологи не знают и не подозревают ни тех чувств, ни тех настроений, которыми горит подвижник. Даже движения собственных страстей, гордости, тщеславия, неверия, плотоугодия ими не изучаются, а уж, кажется, чего бы проще и естественнее.

А психология святоотеческая — это откровение новой жизни. Это проникновение в такие уголки и глубины человеческого духа, которые никакому психологу со всеми его тонкими инструментами не под силу. Вхождение в изучение святоотеческой психологии — это вхождение в необозримое и бездонное море духовных откровений и осияний.

Итак, ученые в уме, чувстве и воле видят лишь один определенный аспект — греховный, противоестественный; для них самих, впрочем, нормальный.

Святые же отцы, когда рассуждают о разумной, раздражительной и воледелательной силах души, рассуждают не только в отношении плотского человека, но и борющегося со страстями, и даже святого. Они изучают духовную жизнь в трех срезах (духовном, душевном, плотском), по трем сторонам (способностям), сразу с девяти точек зрения! Я не говорю уже про бесчисленные переходы между ними и оттенки. Вот это-то каждому и надо иметь в виду при изучении аскетических писаний. Этим-то аскетика и отличается от школьно-университетской психологии.”

Поразительно то, что большинство отечественных психологов даже не подозревают о существовании такого огромного пласта “психологических наработок,” о том, что в Православии вот уже около двух тысячелетий существует “психотерапевтическая школа” со своей четковыработанной концепцией, мировоззренческой платформой и детально разработанным инструментарием. Вот где непаханное поле для исследовательской работы специалистам-психологам, открывающим все новые и новые направления психотерапии, но, к сожалению, совершенно не знающие того сокровища, которое таит святоотеческая психология!

И, тем не менее, некоторые исследователи справедливо отмечают, что скоропалительные переводы-подстрочники психотерапевтических методик, возникших в иных социально-культурных традициях не могут быть настолько же эффективными в российских условиях.

“Все больше российских психотерапевтов говорят о необходимости искать свой собственный путь, развивать отечественные традиции врачевания души.

Рассматривая возможные тенденции развития психологической помощи в русле славянской духовной культуры, с первую очередь следует остановиться на исконной для нашей страны и возрождающейся ныне в России святоотеческой психотерапии. В лоне Русской Православной Церкви, на протяжении столетий привычно заботившейся о духовном здоровье человека и его нравственности, сложилась поистине уникальная система целительства души, которая все чаще привлекает внимание психологов. Однако отношения между христианской доктриной пастырской деятельности и внеконфессиональной психотерапевтической практикой неоднозначны и непросты.

С одной стороны, между психотерапевтами и священниками можно наблюдать некоторое сближение. Ему способствуют известная общность целей и нравственных идеалов, сходные профессиональные проблемы, обоюдное понимание важности стоящих перед обеими группами задач... Сами психологи иногда сетуют на некий “комплекс неполноценности” по отношению к священнослужителям, признавая, что христианство эффективнее работает с людьми и, следовательно, психотерапевтам следует у него учиться...

Иную позицию занимают психологи, проводящие резкую границу между деятельностью священника и своей собственной работой, протестуя против неоправданного, по их мнению, расширения предметного поля психотерапии за счет включения в нее пастырской задачи спасения души...

Однако, общих точек соприкосновения у пастырской и психотерапевтической деятельности, несомненно, больше, чем различий. Попытка соединить многовековую традицию душеспасительной работы Церкви с эвристическим потенциалом современных психологических и философских систем вызывает уважение. Занятые единой, пусть даже по-разному понимаемой, задачей врачевания души словом и психотерапевты и священники одинаково подчеркивают его значение и важность. “Не будьте к сему невнимательны и равнодушны, чтущие достоинство слова, ревнуйте о нем, одушевляйте и вооружайте ваше слово истиною и правдою и, действуя им верно и твердо, не допускайте разлития глаголов потопных” — пишет св. Филарет Московский” (Н. Ф. Калина. Основы психотерапии. “Рефл-Бук,” 1997, стр. 44-46).

На сегодняшний день “христианская психотерапия практически не представлена пока ни в поле услуг, ни в самом сознании психологического сообщества, и потому следует констатировать, что мы находимся в самом начале пути, в периоде первых формулировок и опытов” (Б. С. Братусь, Христианская и светская психотерапия. МПЖ, № 4, 1997).

И тем не менее известны психотерапевты, которые в основании своего подхода к проблеме душевных болезней полагают христианскую концепцию личности. С. А. Белорусов на страницах Московского Психотерапевтического Журнала (№ 1 за 1998 г.) рассказывает о методе Религиозно-Ориентированного Консультирования:

“Понятием “религиозная ориентация” определяется специфическое отношение терапевта к клиенту и особая позиция консультанта в структуре терапевтического процесса. Консультирование такого рода исходит в самой сути этого процесса. Признание Тайны, устремленность к Высшему и восприятие результата терапии как Благодати являются, на наш взгляд, признаками духовной ориентации в консультировании. Поэтому термин “религиозно-ориентированное консультирование” может быть адекватен для разнообразных психотерапевтических подходов, которые имплицитно или эксплицитно исходят из духовных традиций человечества с их ценностными системами. В основе такого рода традиций, как бы ни различались они между собой, всегда лежит принципиальное признание Высшего трансцендентного начала (вера) и возможность сопричастности Ему (религия). Специфический вариант подобного синтеза — религиозно-ориентированное консультирование, где психотерапия пытается осмыслить и ассимилировать ряд положений одной из теологических дисциплин, а именно пастырского богословия.

Традиция духовной помощи, сложившаяся в Церкви, предусматривает наставления, связанные с Таинством Исповеди, пастырское окормление и старчество.

Пастырское окормление в православной традиции представлено “духовным отцовством.” Эти длительные, устойчивые и значимые отношения могут быть описаны в категориях благословения (укрепления решимости) или совета. В практике тип отношения духовного отца к пасомому варьирует от императивного (реже) до недирективного (чаще) руководства.

Суть окормления в научении христианской жизни для дальнейшего возрастания в свободе. Разумеется, здесь присутствует послушание, но подразумевается, что последствия выбора поведения оказываются в пределах ответственности самого духовного окормляемого. Суть православного пастырского окормления раскрывается в работах митрополита Антония (Храповицкого), где призвание пастырства именуется “даром сострадающей любви.” Здесь душепопечение не может быть сведено к назиданию и утешению. То, что называется состраданием, по сути является со-распятием, принятием другого в его боли через безусловную любовь.

Феномен “старчества” находится на крайнем полюсе взаимоотношений, предусматривающих духовную помощь и издавна существующих в Церкви. Эти отношения характерны для иноческой практики. Использование их в обычной приходской жизни может искажать аутентичный духовный путь мирянина, не принявшего монашеский обет “отсечения собственной воли,” тем более “откровения помыслов.” Сохранение собственной воли как свободного выбора остается здесь одновременно и привилегией-даром и источником искушений. Старчество, мистичное по своей сути, — почти надмирно, поскольку связано в каждом своем проявлении со “сверхъестественными” отношениями. Оно остается, скорее, исключительным призванием с обеих сторон, в то время как духовничество — желательной нормой христианской жизни.

Убеждение, согласно которому целительная помощь исходит не от терапевта и не кроется в “непознанных ресурсах” личности клиента, а является даром Свыше, позволяет называть данный процесс “религиозно-ориентированным.” В диалоге между терапевтом и клиентом всегда присутствует Третий. Именно Тайна, Незримое Присутствие является ультимативным источником помощи. Здесь справедлив критерий: чем меньше заслуг в улучшении состояния клиента специалист (при полной его отдаче) может отнести за свой счет, тем более эффективным и стойким, подлинным, а не кажущимся, является результат терапии. При условии правильно построенного процесса, терапевт не устаёт и не истощается, поскольку при его участии действует Высшее.

В предыдущем положении мы намеренно не употребили таких понятий, как Бог, Дух, Благодать. Это еще один принцип, правомерность которого постараемся рассмотреть с разных точек зрения.

Религиозно-ориентированное консультирование вполне может проводиться имплицитно. Это не означает какой-либо манипуляции, лицемерия или фальши. Недоговоренность не есть ложь. Любая психотерапия несет в себе элемент недоговоренности. Именно этим психотерапевтическая беседа зачастую отличается от обычного разговора. Психотерапевт знает, зачем он говорит, его слова выверены и имеют функцию инструмента. Терапевт лишь помогает родиться тому, что длительно вынашивалось клиентом. Ценность имеет только то, к чему человек приходит сам.

Религиозная терминология в большинстве случаев, как ни парадоксально это звучит, не является уместной в процессе религиозно-ориентированного консультирования. Ведь последнее — не катехизация и не духовная беседа в чистом виде. Избегая богословских терминов, мы не рискуем отпугнуть человека, привыкшего считать себя нерелигиозным, или вызвать у него сопротивление. Наша задача — обеспечить условия для самораскрытия клиента, и в таком случае обширное семантическое поле, отсутствие сковывающих рамок, возможность затронуть любую тему создают все необходимые условия для аутентичного контакта, понимания и сотрудничества. И тогда нет смысла подчеркнuto окружать себя сакральными предметами, елеинo интонировать речь, фехтовать цитатами из Священного Писания; абсолютно неуместны угрозы наказанием свыше.

Личность не исчерпывается тем, каким образом она является окружающему миру. И мы ищем человеческого в человеке, идя тем самым к его Творцу, Которого он сам может еще не сознaвать, но в Которого верим мы.

Избегая богословского “антуража,” мы проявляем известную само-дисциплинированность, не позволяя себе фамильярности с Творцом. Мы не должны самонадеянно вливаться в пределы мистической реальности. Подвижники, достигающие смирением и самоотдачей благодатных высот Духа, упоминают о таинственных свойствах Божьего имени. Несомненно, этот религиозный аспект находится за пределами психологического консультирования.

В ходе консультирования не следует бояться использовать все, что подходит для данного клиента из других областей психотерапии и психологического консультирования. Ценность психоанализа неоспорима там, где требуется понимание психологических защит, препятствующих духовному росту. Техники гештальт-терапии способствуют соприкосновению с непознанным в себе.

Духовно-ориентированная терапия предполагает в терапевте умение видеть, воспринимать, распознавать духовные составляющие в исходящем от клиента сообщении — “тексте,” вновь и вновь мягко побуждая его к переформулированию, с неявным апофатическим отрицанием возвращая ему реплики. И так происходит до тех пор, пока клиенту не открывается свыше приемлемое для него знание о себе. Существует известное изречение св. Иоанна Кронштадтского: “Бог не открывает человеку знания о себе, пока он к этому не готов.”

Задачей терапевта может быть выявление, актуализация события. И поскольку оно оказывается явленным, в нем можно различить духовную или трансцендентную составляющую. Она присутствует, оставаясь таинственной. Терапевтической ошибкой будет распространение предыдущего опыта религиозного консультирования, сколь бы сходным не воспринимался случай.

Начинать терапию необходимо с того места и уровня, на котором находится клиент. Существует опасность как недооценки духовного потенциала собеседника, так и его иллюзорной идентификации. Чем больше времени уделено выслушиванию, тем более адекватной может стать оценка состояния клиента. Следует определить, какая из тенденций — малодушия или, напротив, превозношения — преобладает в рассказе клиента, тем более, что нередко одно компенсируется другим. Религиозно-ориентированное консультирование требует ясности. Здесь часто сбывается поговорка преп. Амвросия Оптинского: “Где просто, там ангелов со сто, а где мудрено — там ни одного.”

Клиент учится жить в ситуации выбора, в непрестанной реализации свободы. При этом формируется христианское отношение к свободе, как “бытию собой.” Сначала человек начинает наслаждаться самостоятельным принятием решений и выбором последствий, затем приходит к прозрению того, что суть свободы — не выбор, а решимость в принятии воли Высшего о себе. Поднимаясь на новую ступень отношения к миру, трансцендируя косную самость, обнаруживая Творца, мы начинаем понимать, что выбор уже сделан. Говоря святоотеческими словами, “Бог может все, кроме того, чтобы заставить человека любить Его.” Итак, свобода в том, чтобы всем сердцем сказать искреннее “да” Призывающему. Это не предопределение, а позитивная альтернатива.

Духовная зрелость определяется резонансом с Промыслом и истинная свобода не в выборе, а в избрании человеком — Бога и Богом — данного человека.

Духовное консультирование ставит своей целью способствовать росту человека в его самостоятельности, укреплению решимости, подготовку к “метанойе,” совершающейся в Таинстве Исповеди.

В процессе консультирования человек освобождается от блокирующих его пред-рассудков, в том числе, псевдо-духовных. Он учится “предстоянию” перед Творцом в своем подчас трагическом одиночестве, не перекладывая свою вину, боль и отчаяние на искушающих его бесов. Мы удерживаем наших клиентов от того, чтобы они подвергали себя “отчитыванию,” если их проблематика и симптоматика могут быть квалифицированы в категориях психологии и медицины.

В консультировании неминуемо произойдет фокусировка и коррекция образов духовности, сложившихся у клиента. Это важно понимать в случаях, когда обращение человека к религии мотивировано получением какой-либо выгоды.

Духовное консультирование необычайно эффективно в ситуациях горя. Иногда здесь наблюдается своеобразный “эгоцентризм отчаяния.” Так, мать, потерявшая полгода назад пятилетнего сына, со страстью повторяет: “Никто бы не мог так ухаживать за ним во время болезни, никто бы не отдал столько, сколько я... Другие матери, которых я видела в палате, после смерти детей утешились так быстро... Почему же мой старший сын может улыбаться, когда его брат лежит в земле? Почему злые больные старухи и никому не нужные бомжи живут, почему?”

Обычные стереотипы утешения оказываются здесь бездейственными. Ее лишь раздражает, когда она слышит аргументы: “Бог дал, Бог взял, жизнь продолжается, вы еще молоды, вы не первая, кто потерял ребенка.” Все это она знает, и пропасть непонимания и неприятия между ней и миром разверзается все глубже. Мы начали со слов, в каком-то смысле идущих дальше того, что она собиралась сказать: “Да, ваша потеря невыносима. Это абсолютная катастрофа, утешение здесь невозможно. Ваша боль больше той, которую может перенести мать. Ничто и никогда не сможет заменить вам утрату. И даже вопрос “За что и почему?” здесь неуместен.” При этом она, пришедшая за помощью, понимала, что ее чувства не отвергнуты, что специалист вместе с ней спустился в глубины горя, не допуская фальшивого оптимизма. Здесь нельзя остановиться на половине страдания, как пыталась это сделать она, устраивая “кладбищенский культ,” в качестве его символической замены, нельзя “отвлечься,” как советовали другие, надо пройти сквозь “долину тени смертной” и просто жить. Терапевт — спутник в этой “долине.”

Поступательность, непрерывность, постоянное восхождение характеризует данный подход. Этот принцип лучше всего раскрывается в словах митрополита Антония Сурожского, сохраняющих свою справедливость как для духовной жизни вообще, так и для психологического консультирования, в частности. “Итак, обнаруживая свое подлинное — или относительно более подлинное “Я,” и вслед за этим уродующие его элементы, мешающие нам быть тем, кто мы есть по существу, мы можем постепенно получить видение и понимание того, кто мы есть на данный момент, и из него потом двигаться в следующий момент.”

Духовная перспектива в современной психотерапии принципиально открыта. Простирающийся горизонт ее возможен в силу серьезного принятия в расчет существования непознаваемого. Ведь когда мы убираем из мира тайну, обозначая ее на языке оптимистической науки как “пока не известное,” мы изолируем, закрываем мир, сводим его к двумерности.

Психотерапия в ее теории произрастает в живительной среде противоречий, она не предусматривает исчерпанности. В ее структурных конструкциях всегда присутствует тень в конце тоннеля. Мы никогда не узнаем, как наилучшим образом помочь человеку, обратившемуся за нашей помощью, и это “никогда” является вызовом нашему “всегда,” относящемуся к необходимости максимального напряжения в поиске новых терапевтических возможностей. Внимание, в-слушивание, в-чувствование по отношению к клиенту является залогом успеха трансценденции нашего клиента к более аутентичному опыту бытия. Единственно возможная действительная помощь осуществима только в сопричастности другому. Для сопричастности не установлено предела. На высотах своих — это именно та любовь, которая *“долготерпит, милосердствует, не завидует, не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине, все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит”* (1 Кор. 13:4-7; С. А. Белорусов. Религиозно-ориентированное консультирование. Московский Психотерапевтический журнал, № 1, 1999 г).

Не менее интересен психотерапевтический подход Т. А. Флоренской, утверждающий необходимость осознания клиентом своего духовного “Я,” находящегося в конфликте с наличным, эмпирическим “Я,” а также осознания голоса совести как проявления нравственной интуиции человека:

“Творческая интуиция, как и совесть (нравственная интуиция) является выражением духовного Я. Это голос уникального творческого призвания человека. Высшие проявления любви, готовность к самопожертвованию, способность преодоления инстинкта самосохранения ради того, что составляет смысл жизни, — все это проявления духовного Я человека.

Духовное Я может не осознаваться или смутно осознаваться человеком, но, даже будучи неосозанным, оно руководит человеком, если его жизненные установки не враждебны вечным духовным ценностям.

Духовное Я и эмпирическое наличное Я нередко вступают в противоречие и конфликт. В последнем случае духовное Я может оказаться вытесненным из сознания, и тогда перед психологом встает задача помочь консультируемому осознать реальность его духовного Я, без чего невозможно преодолеть характерные симптомы такого вытеснения — томящие человека чувства неудовлетворенности, бессмысленности существования, нежелания жить и т.п.

Полноценное развитие личности предполагает внутренний диалог наличного Я и духовного Я. Этот диалог характеризуется теми же признаками, что и межличностный диалог: главными здесь являются доминанта на Другом и венаходимость; они образуют ту систему координат, которая характеризует глубину диалогичности. Глубина внутреннего диалога зависит от того, является ли духовное Я доминантой, господствует ли оно в душе и жизни человека. Другая сторона этого вопроса состоит в том, осознает ли человек несоответствие своего наличного состояния духовному Я как недостижимой перспективе личного становления. Отсутствие венаходимости, идентификации с духовным Я — симптом человекобожеской гордыни.

Неизбежное противоречие между совершенством, безграничностью, непостижимостью духовного Я и ограниченностью, несовершенством наличного Я лежит в основе развития личности и не снимается никакими ее достижениями. Развитие личности — бесконечный (в пределах земной жизни) процесс восхождения человека к своему духовному, внутреннему Я.

Охарактеризуем основные следствия принятия постулата о наличии духовного Я в человеке, значимые для практического психолога. Прежде всего, принятие этого постулата требует существенного изменения в отношении к человеку. Из объекта исследования, формирования, управления, программирования и т.п. он становится субъектом, способным к непредсказуемым изменениям, бесконечно сложным и неизмеримо глубоким. Рушится иллюзия всезнания психолога; он осознает, что измерить, вычислить, диагностировать можно лишь в области наличного Я, там, где духовное Я не вступает в действие в той мере, которая мешает научной предсказуемости.

Признание духовного Я создает у психолога установку на расположение и уважение к каждому, развивает чуткость и к собеседнику и к своей творческой интуиции. Общение становится не формальным, а творческим процессом, в котором разрешается жизненная проблема консультируемого. Консультант опытно осознает, что он не Учитель, а всего лишь соучастник в совместном творческом процессе. Постепенно формируется доминанта на Собеседнике и преодолевается собственный эгоцентризм.

Простое сочувствие к людям и искреннее стремление помочь при отсутствии профессионализма нередко оборачиваются лишь поверхностными и даже ошибочными советами и рекомендациями, повышенной активностью в общении. Консультант больше гово-

рит, чем слушает. Возникают также такие типичные ошибки, как перенос личного опыта на ситуацию собеседника, на оценку его личности и отношение к нему. Например, ситуация, связанная с агрессивной ревностью, может вызвать антипатию к собеседнику, и тем более сильную, чем более сам консультант травмирован аналогичным опытом своей жизни. Это сразу нарушает контакт с собеседником и потенциально создает конфликт с ним. В других случаях сочувствие, эмпатия оборачиваются идентификацией. Консультант может “увязнуть” в отрицательных переживаниях собеседника вместо того, чтобы помочь ему разрешить его проблему. Знакомство с принципами консультирования в гуманистической психологии само по себе также не помогает “безусловно принимать” каждого обращающегося за помощью: симпатия и антипатия возникают независимо от воли консультанта, подобно его индивидуальным склонностям и предпочтениям. У консультанта возникает соблазн быстрого решения проблемы собеседника, что также связано с собственным личным опытом. Это решение “от ума.” Консультант не слышит внутреннего диалога в высказываниях собеседника, не оценивает его возможностей выхода из трудной ситуации. Он стремится поскорее успокоить собеседника, даже если душевная боль последнего вызвана нравственным дисбалансом и свидетельствует о муках совести. Гуманистический принцип “не оценивания,” бытующий среди многих практических психологов, не позволяет высказать свое мнение по поводу безнравственного поступка, откликаясь на голос совести собеседника. Консультант в таких случаях утрачивает свой голос, пассивно следуя за собеседником, и вместо диалога беседа переходит в монолог консультируемого.

Творческая атмосфера подлинного общения, как правило, возникает благодаря тому, что консультант не делает ставки лишь на свои сознательные усилия, понимая их ограниченность и тем самым способствует проявлению как своего собственного духовного Я, так и духовного Я собеседника. Опытное осознание духовного Я собеседника является центром всех сторон диалогического общения. Благодаря ему возможно искреннее принятие каждого собеседника — даже вопреки отрицательным проявлениям его наличного Я. Отрицательная оценка отдельных проявлений этого наличного Я тогда не будет нарушать диалогический контакт, а, наоборот, укреплять его. Обращаясь к духовному Я, психолог не утешает собеседника, страдающего от чувства своей неправоты, а способствует глубокому раскаянию — катарсису. Он постепенно учится слышать внутренний диалог наличного Я и духовного Я в душе другого и на его языке подтверждать правоту духовного Я. Именно поэтому собеседник принимает слова консультанта как свои собственные.

В диалогическом консультировании психолог постоянно учится у своих собеседников: каждая встреча открывает ему новые грани человеческой души и у другого и у себя самого. Он учится извлекать уроки из своих удач и ошибок, руководствуясь определенными принципами диалогического консультирования” (Начала христианской психологии, М., 1995 г., стр. 198-201).

Доктором психологических наук Б. С. Братусем сформулированы основные направления концепции христианской психотерапии и проблемы, стоящие на путях интеграции христианской и светской психотерапии.

“В чем видится специфика только нарождающейся у нас в стране христианской психотерапии, ее отличие от психотерапии светской?”

Первое, исходное отличие, которое часто не обсуждается, выносится за скобки, но которое надо сознательно выделить и зафиксировать, заключено в самом терапевте. Терапевт светский может быть верующим, а может быть и нет. Более того, считается, что личная вера должна быть отодвинута, отделена от терапии. Для христианского терапевта вера — обязательно, краеугольное условие его профессиональной деятельности. Именно профессиональной, а не частной.

Почему необходимо это подчеркнуть, хотя звучит, наверное, достаточно банально и очевидно? Потому что это качественно меняет всю схему терапевтического воздействия. В светской терапии поле взаимодействия — диада: терапевт-пациент, и все происходит внутри нее. Присутствие третьего исключается, терапевтический сеанс нельзя даже подсмотреть, в нем можно только участвовать с той или иной стороны. В терапии христианской, что справедливо подчеркивает Ф. Е. Василюк, взаимодействие построено не на диаде, а на триаде, где взаимоотношения терапевта и пациента опосредованы отношением к Богу. Эта триада может быть полнокровной в том случае, если верует не только терапевт, но и пациент, если они оба способны уповать, соотносить себя с Третьей, Высшей Силой.

Заметим, на всякий случай, что преобразование терапевтического поля из диады в триаду на самом деле не упрощает задачу христианского психотерапевта, не перекачивает тяжесть на Иную Инстанцию и, уж, конечно, не освобождает от личных усилий, требований методического совершенства и т.п. Христианский терапевт, как и всякий христианин, продолжает действовать в условиях антиномии: с одной стороны — спасение возможно только по снисхождению благодати (“без Меня не можете творить ничего”); с другой — (“Царство Божие силой берется,” изнутри — активностью и стремлением (решимостью, по слову преподобного Серафима). Житейская мудрость разрешает эту антиномию присловьем, что надо на Бога надеяться, но и самому не плошать, или: “Бог ведет, но я иду.” В любом случае, речь идет о работе, жизни в постоянном предстоянии, соприсутствии, сорботе Богу.

Следующее и также ключевое отличие состоит в разном понимании сути человека и (соответственно) сути пациента, клиента как человека. Возьмем основные школы психологии и связанные с ними формы психотерапии. Каждая из них имеет свою модель пациента как человека. Для психоанализа основанием такой модели являются коварные образы и силы подсознания, которые путем сложной, длительной, дорогостоящей терапевтической работы надобно распознать, расшифровать, ввести в сознание, устранить амнезии и т.п. Подсознание вытесненное — это и есть суть, стержень человека. Остальное — проявление, маскировка, борьба, сублимация. Упрощая, можно сказать — человек идентифицируется со своим подсознанием. Бихевиоризм, поведенческая психология идентифицирует человека с иным — со способами его действия — успешными или неуспешными, правильными или неправильными, стойкими или непостоянными, то есть, говоря обобщенно, происходит идентификация с проявлениями характера. Гуманистическая психология идет явно на повышение и идентифицирует человека с его личностью, ее полным развитием. Трансперсональная психология акцентирует невидимую, таинственную сферу человека, идентифицируя с ней его суть.

Итак, каждая школа выявляет какую-то часть человека, принимая, выдавая эту часть за целое. Христианская психология и психотерапия призвана воспринять целостного человека, поскольку христианская тримерия тело-душа-дух покрывает все названные аспекты, не исключая из внимания ни одного из них. В сочинениях святых отцов, например, Иоанна Касиана Римлянина, обнаруживаются порой удивительно глубокие психологические описания возникновения вожделений, половых чувств и сублимаций. Возможно, тонкости подобных наблюдений позавидовал бы любой психоаналитик, но даны они в свете совершенно иного целостного представления о человеке. Или возьмем экспансию трансперсональной психологии в духовную сферу. Последняя понимается здесь вообще без различия внутренних цветов, уровней, бесов или Ангелов. Если вспомнить рассуждения отца Александра Ельчанинова, то это можно уподобить вламыванию (в духовный мир — и. Е.) с черного хода. Попав в это пространство, разгоряченный, затуманенный наркотиком, внушением или голотропным дыханием человек воспринимает, берет первое, попадающее под руку, принимая его за суть духовного и часто нанося себе тем самым непоправимый вред. Надо ли здесь отдельно говорить, что духовное в христианстве имеет качественно иное по-

нимание, внутреннюю иерархию и соподчинение, качественно иные пути и методы достижения” (Московский Психотерапевтический журнал, № 1, 1999 г).

Безусловно то, что психотерапия помогает осмыслить процессы и внутренние движения, происходящие в психической структуре человека, но она не может дать ответы на вопрос о конечном исцелении личности человека, ведь в это понятие входят духовный уровень, нравственные качества, совесть.

“Эта полнота, эта ступень остается пока не представленной в светской психологии и психотерапии. Она может открыться в христианском подходе, поскольку для него исходным является представление о человеке как образе и подобии Божию, т.е. человек дан в полном, предельном масштабе и росте. Что касается подсознания, характера, личности, то они должны быть представлены не как инстанции конечные, но как служебные, служащие становлению человека, его полноте или (говоря по-церковному) спасению как приведению человека в его соответствие с Богом. Только тогда разрешается коллизия личности, она занимает свое место и проявляется фундаментальное соответствие, в котором она рассматривается масштабной человеку, а человек масштабным Богу” (Там же).

Центральным средством, целью, образом, образцом в рамках этого движения, по мнению профессора Б. С. Братуся, является Личность Христа. Осознание этого факта имеет самое непосредственное отношение к психологии и психотерапии, к разрешению многих внутриличностных и межличностных проблем.

“Спаситель — спасение, оправдание развития, путь вочеловечения человека, олицетворение его образа и сущности, тот пункт, точка устремления, выше которой нельзя поставить никого, но и ниже не должно опускаться.

Очень интересно и психологически необыкновенно тонко, что по-гречески “грех” (“амортано”) означает промах, непопадание, минование цели. В широком, предельном понимании всякое действие, не направленное, не устремленное в конечном итоге ко Христу, оборачивается в результате (часто, конечно, весьма отдаленном, не сразу усматриваемом) промахом, минованием смысла, цели назначения и удовлетворением ложными, переходящими, пустыми целями. Это прямо относится к психологии и психотерапии, которые со всеми своими успехами, достижениями могут оказаться и столь часто оказываются промахом, минованием, устремлением, к ложной цели и в этом смысле — грехом” (Там же).

Каковы же пути интеграции светской и христианской психологии? В каких направлениях они возможны? Б. С. Братусь считает, что

“между светской и христианской психологиями, между светской и христианской психотерапиями возможно позитивное соотношение. Но оно отнюдь не простое и автоматическое, а требует выполнения ряда условий, определенного рода согласной работы, некоего процесса, движения. Можно предположить следующий его ход.

Прежде всего, светская психотерапия, ее методы должны быть соотношены с задачами человека, испытаны вопросом: Чему служить? Куда идти?

Необходимо “как?” светской психологии соотносить с “почему?” христианства. Причем здесь можно не начинать сразу с введения предельных христианских постулатов. Вполне возможно как с опоры соединения светского и христианского начать с критериев нравственного развития, с нравственности, этики, т.е. с того, с чем согласятся многие светские психологи и что одновременно не противоречит совести христианского психолога.

Но как только будет введен критерий нравственности, неизбежно станет вопрос о его основаниях: относительны они или абсолютны? Временное и вынужденное соглашение, общественный договор, субъективное мнение или абсолютное, Богом данное установление. Первое решение вернет нас к хлябям релятивизма, к тому, что все возможно и все дозволено, второе покажется слишком строгим и недоступным, кроме того, подразумевающим понятие души, то самое понятие, отбрасывание, игнорирование которого по-прежнему воспринимается как условие научной психологии, равно как большинства форм современной психотерапии. Не берясь здесь, конечно, решать эту проблему, заметим, однако, следующее.

Прежде всего, необходимо ввести различие в самом понятии души. Душа воспринимается, по крайней мере, двояко (Ф. Тютчев писал о ее “как бы двойном бытии,” о том, что она “жилица двух миров”). С одной стороны, подразумевается вместилище, средоточие (орган) переживаний. Мы говорим: “душа болит, поет, ликует, страдает, рвется на части, падает” и даже “уходит в пятки,” она имеет представляемые параметры, может быть широкой и узкой, высокой или низкой, теплой или холодной. С другой стороны — душа как вечная бессмертная энергия и субстанция, которая может отпечататься, проявиться, предметиться в переживаниях, быть уловлена в тех или иных параметрах, но отнюдь к ним не сводима. Это и есть душа в религиозном понимании или, чтобы подчеркнуть ее отличие от душевного мира — дух.

Исходя из этого принципиально важного различия, мы можем по-иному посмотреть на судьбу души и психологии и психотерапии. Оказывается, несмотря на все громкие декларации, душа из психологии никогда не уходила полностью. В первом своем значении, например, под именем “переживаний” она всегда оставалась в поле внимания. Возьмем отечественную традицию: Л. С. Выготский не раз подчеркивал важность переживаний, определяя их в последних работах как единицу психики. С. Л. Рубинштейн также вводил переживание как одно из исходных начал, Б. И. Теплое рассматривал переживание в качестве важнейшей способности личности. Ф. В. Басин считал, что “значимые переживания” есть подлинный предмет психологии, оригинальная трактовка переживаний дана у Ф. Е. Василюка и др.

Другое дело — высшие проявления души, дух, который — надо сказать твердо — был и будет оставаться вне достижения психологическими методами. Это предмет особого постижения, а не научного знания, тайна, а не проблема.

Специально по отношению к психологии необходимость подобного различия отмечалась и церковными кругами. 23 марта 1914 года на торжестве официального открытия первого в России Психологического института при Московском университете Епископ Анастасий (Грибановский) особо подчеркивал, что точному определению и измерению может поддаваться лишь внешняя сторона души, но не ее глубины и высшие проявления:

“Точное изучение душевных явлений можно только приветствовать. Но стремясь расширить круг психологических знаний, нельзя забывать о естественных границах познания души вообще и при помощи экспериментального метода, в частности. Точному определению и измерению может поддаваться лишь, так сказать, внешняя сторона души, та ее часть, которая обращена к материальному миру, с которым душа общается через тело. Но можно ли исследовать путем эксперимента внутреннюю сущность души, можно ли измерить ее высшие проявления? Не к положительным, но к самым превратным результатам привели бы подобные попытки.”

Такая постановка вопроса, казалось бы, лишней раз подтверждает правоту тех, кто говорит о непреодолимом несогласии, разведении науки и религии. Напомним, что психология началась с того, что второе понимание души, а заодно и душа в целом была отброшена, чтобы не мешать научному изучению того, что без нее в человеке остается. Дальнейшую логику этого пути вполне иллюстрирует история XX века. Все хорошо и строго было в таком подходе, кроме одного — живой человек выпал. Вспомним слова Выготского, ха-

рактизовавшего психологию двумя словами: “Человека забыли.” Но что бы вернуть его в психологию, нужно иное решение, иное отношение к проблеме души. А именно то, что внешняя сторона души (которая, как мы видели, на деле и не уходила из психологии, просто переименовалась, спряталась под другими названиями) не может быть понята, изучена, скорректирована вне учета ее фундаментальной, сущностной связи со стороной внутренней, с вершинными устремлениями, с духовным. Иными словами, “как бы двойное бытие” души, обитание в двух мирах есть непреложный, фундаментальный факт, поэтому лишь в постоянном соотношении этих миров, драматическом, подчас трагическом, в стремлении к труднодостижаемому единству и состоит полнота человеческой жизни, ее важнейший смысл.

Но можно ли реально установить эту связь, возможно ли вообще мерное соотносить с безмерным? На самом деле это соотношение происходит так или иначе в каждом человеке как существе конечно-бесконечном. Психология и психотерапия в этом плане должны просто не отделяться от полноценного образа человека, его антиномичной реальности. Другое дело, что в психологии XX века этот образ стал уплощенным, частичным, лишенным метафизического измерения и высоты. Строго говоря, душу изъяли не из психологии как таковой, а из образа человека, которому она призвана была соответствовать. Им стал человек “физиологический,” “рефлекторный,” “поведенческий,” “подсознательный” и т.п. Теперь мы призываем лишь к тому, что психологии пристало служить, ориентироваться на полного, целостного человека, имеющего не только тело, сложность сознания, внешнюю сторону души, многообразие переживаний, но и ее внутреннюю сторону, высшие проявления, дух. Еще раз: душа во втором (религиозном) понимании, действительно, не входит, не вмещается в психологию, религиозно-философский и конкретно-психологические уровни несводимы один к другому, неподменяемы друг другом, но их взаимное признание, соотношение — условие и форма их живого осуществления, условие и форма полноценной психологической помощи человеку” (Московский Психотерапевтический журнал, № 1, 1999 г).

Психиатрам, психотерапевтам, еще не знакомым с христианской концепцией личности и традиционным для России святоотеческим, пастырским методом работы с душевнобольными, можно предложить со вниманием изучить святоотеческую литературу как древних, так и современных духоносных старцев, книги, в которых сосредоточен многолетний опыт душепопечения, душецелительства, писания тех, один импульс, одно слово, прикосновение которых действовало на людей исцеляюще, пронизывая не только душевную природу, но и телесную, поскольку конечной целью было исцеление духовное.

“Религия отражает **вертикальную** устремленность человека к высшему смыслообразующему началу и в этом плане отвечает его насущной потребности поиска смысла, неуничтожимого, неустранимого фактом его смерти. Психология занята по преимуществу **горизонтальной плоскостью**, человеком как деятелем во времени и пространстве. Сопряжение здесь более чем необходимо — оно неизбежно, ибо движение жизни подразумевает осознание ее смысла, а смысл подразумевает реализацию, т.е. определенное движение, осуществляемое в конкретном времени и пространстве. Другое дело — в каких формах, на каком уровне произошло это сопряжение, ограничена ли вертикаль эгоцентрическими или группцентрическими смыслами или имеет иную, более высокую отнесенность. Психологу это важно знать отнюдь не из моралистических соображений, а потому, что это существенная характеристика личности, показатель возможного соединения, целостности или раскола, трещины психического здоровья.

Разные виды психотерапий по-своему стремятся к их преодолению. Так, психоанализ, гештальт-терапия используются, по преимуществу, для попыток преодоления раскола ума и сердца, бихевиоризм, поведенческая терапия — ума и воли и т.д. На наш взгляд, хри-

стианская психотерапия, не умаляя этих задач, направлена, по преимуществу, на устранение главного, центрального раскола: раскола между сторонами души — внутренней, духовной и внешней, обращенной к миру. Понятно, что раскол этот может проявляться в разнообразных формах, как осознаваемых, так и неосознаваемых, но в любом случае он неизбежно влечет за собой особо значимые последствия для человека, его развития, судьбы, спасения.

Уже говорилось, что христианская психология делает начальные шаги в России. Лишь с 90-х годов стали появляться в печати отдельные публикации, организовываться первые семинары по христианской психологии. Непосредственно в области психотерапии и коррекции это некоторые работы Ф. Е. Василюка, А. В. Гнездилова, А. Ф. Копьева, Е. Н. Проценко, Т. А. Флоренской, о. Владимира Цветкова, Л. Ф. Шеховцовой и др. В области образования — исследования В. В. Рубцова, Р. И. Слободчикова. В области общей терапии и методологии — С. Л. Воробьева, А. В. Махнач, Н. Л. Мухелишвили, Б. С. Братуся и др. Проблема соотношения христианства и психологии с позиции священника рассматривалась прот. Борисом Ничипоровым. Предварительным итогом этого периода можно считать выход первого в России учебного пособия для вузов по христианской психологии (“Начала христианской психологии.” М., Наука, 1995).

Особо важно подчеркнуть вновь, что в этих работах прежняя психология, достижения иных подходов и взглядов не перечеркиваются, но входят в иные системные отношения, приводятся в соответствие, соотносятся, сопрягаются с образом человека, главным отличием которого является обладание бессмертной душой, ищущей спасения. Христианская ориентация отнюдь не против исследования, измерения, числа, метода, а лишь против того, что может исказить душу, ибо “какая польза человеку, если он приобретет весь мир, а душе своей повредит.” В этом смысле христианство вообще не “против,” а “за” — за человеческую душу в полноте и развитии всех ее проявлений” (Там же).

“Понятно, что старания по построению христианской психологии смогут привести к успеху лишь при условии благодати и помощи свыше, ибо не дано человеку ничего путного построить лишь своим желанием и умом. Та предельная точка, к которой надо стремиться и выше которой не подняться, но и ниже не опуститься, не абстрактна, не безразлична по отношению к идущему к ней. Точка эта и есть Христос, а наше движение определяется любовью и тягой сердечной к Нему. И Он ждет нас, надеется на нас, стоит и стучит в двери наших сердец. Религия — по некоторым толкованиям — это обратная связь (“лиго” — связь, “ре” — обратная), это живая связь с Вышним, ибо Бог наш жив и пока это так, живы и мы, живы наши надежды” (Начала христианской психологии, М., “Наука,” 1995 г., стр. 56).

Заключение.

Итак, на основании вышеизложенного непредубежденный читатель смог убедиться, что знание священником психологических закономерностей поможет ему быть более осторожным в своих нравственных оценках и выводах, дабы избежать ложных шагов, неверных советов в трудных и сомнительных случаях.

Что же касается совмещения практического применения аскетических знаний и принципов различных направлений психотерапии, то в каждом отдельном случае душепопечения, оказания действенной помощи человеку, пришедшему для разрешения душевных затруднений, пастырь должен поступать с особой осторожностью, проникнувшись духом сострадания и жалости, внимания и внутреннего такта.

“Священник заботится о спасении души, напоминает об этом и стремится наделить идеалами и ориентирами, способами приобщения благодати Божией, помогающими человеку найти путь спасения. Психиатр же должен стремиться восстановить утерянные душой силы и функции, поправить искаженную плоть и психическую органику.

Священник помогает пробудить в душе стремление к горнему. Психиатр же должен стремиться не к созданию душевного комфорта и внутренней бесконфликтности пациента, а помочь душе сконцентрировать и прояснить в формах плоти свой духовный облик.

Священник взывает обрести и сохранить высшие ценности, психиатр же должен заботиться о том, чтобы человек в борьбе за эти ценности не терял себя, но все более обретал земное соответствие собственному небесному образу. Священник открывает образ Истины и помогает Ее принять, сподобиться Ее благодати. Его область — дух и вечная душа. Область же врача психофизическая. Искажение духовной позиции приводит к физическим отклонениям, и душа, таким образом, может подвергаться действию вторичных физических симптомов. Далее врач способен помочь человеку осознать ситуацию вплоть до метафизических ее изменений. Методология врачевания должна объединять два аспекта в акте сознания: технический и духовный (волю к осознанию).

Психотерапия должна, прежде всего, вызвать душу к реальности пробуждением сознания и воли. Плодотворное лечение требует не подавления личности, не снятия с нее бремени выбора, на чем покоится современная психиатрия, а пробуждения личностной свободы и ответственности. Лечение должно быть борьбой не за частичные улучшения проявлений некоей абстрактной “психики,” а за целостный облик личности. Цель — обретение личностью себя, а не ущербный человек со “здоровой,” но подавленной душой.

Психиатрическое лечение должно иметь две стадии. Такие методы, как психоанализ, психотерапия, могут служить распознаванию причин и истории болезни. Их назначение — подкрепить душевные силы, ослабить бушевание телесного и душевного хаоса, создать защитный барьер от внешних подавлений. Собственно лечение должно преследовать восстановление или построение органичного душевного облика личности. Только некоторые из современных методов лечения приближаются к врачеванию души.

Христианская психотерапия возможна как синтез достижений современных школ на основе раскрывающихся в христианстве истин о природе и бытии человека. Объектом лечения должна являться вечная человеческая душа в ее богоподобности, уникальности и свободе, вселенской ответственности, земном воплощении и творческой миссии.

Таким образом, христианский психотерапевт призван различить контуры вечного образа личности, установить причины его искажения, предложить психотерапию, которая пробуждала бы личностное самосознание и представляла средства и помощь человеку, сознательно и активно стремящемуся к оздоровлению. Участие воли пациента — обязательное условие лечения, а осознание происходящего с ним — необходимое условие выздоровления. И только в тяжелых случаях (специально оговариваемых}, в болезнях, вызванных органическими повреждениями, лечение может производиться помимо воли человека, поскольку эта воля не

проявлена. Но и здесь лечение должно быть ориентировано на пробуждение свободной самосознающей личности (Виктор Аксючиц. По сенью Креста, стр. 269).

“Психиатрия в руках пастыря является вспомогательным средством для обнаружения не греха, а патологических явлений, связанных с заболеваниями психиатрическими, т.е. душевными, а не духовными, — пишет архимандрит Киприан. — Считаю очень полезным для православного священника ознакомиться с подобными трудами, чтобы для себя, по зрелом рассуждении, выбрать то, что может оказаться целесообразным с духом православного пастырствования и с условиями нашей жизни.”

Однако всегда нужно стремиться прежде всего к тому, чтобы душевнобольной или находящийся в состоянии невроза человек, сам сформулировал, вынес на поверхность сознания свою проблему, ближайшую цель, и сам выразил желание трудиться над ее достижением.

По мнению Эрика Берна, среди некоторых медиков, психологов, пастырей и даже простых людей распространены два лозунга, имеющих также хождение и среди простого населения:

“Не лезь к человеку с советами” и “Я вам ничем помочь не могу, каждый должен помочь себе сам.” Оба эти лозунга неверны. “Человеку можно советовать, многие это делают и делают успешно. Человеку надо помогать, ибо он не всегда может помочь себе сам. Просто после того, как ему помогли, он должен стать на ноги и самостоятельно справляться со своими делами. Подобными лозунгами (имеются в виду два упомянутых) общество заставляет людей оставаться “внутри” собственных жизненных сценариев, следовать им вплоть до конца, порой трагического. Ведь сценарий означает, что кто-то когда-то сказал человеку, что ему лучше всего нужно делать, и он тогда принял этот совет. Следовательно, людям можно давать советы. Люди этим занимаются постоянно, особенно если у них есть дети. Когда человеку советуют делать что-то иначе, чем это делали его родители, то он может последовать новой рекомендации. Хорошо известно, что можно способствовать тому, чтобы человек стал пьяницей, убийцей или самоубийцей. Но ведь ему можно помочь бросить пить, перестать губить себя или губить других. Безусловно, можно помочь человеку отказаться от того, что ему было предписано делать в детстве. Вместо того, чтобы человек мучительно влачил груз своих ошибок или родительских сценариев всю свою жизнь, не лучше ли помочь по-новому осмыслить мир, где жизнь его станет более полноценной.”

Пастырям, заинтересовавшимся предлагаемым подходом к душепопечению, можно порекомендовать прежде всего ознакомиться с книгами по психотерапии, на основании которых написана эта работа. Безусловно, не все из них приемлемо при христианском подходе. Однако, при вдумчивом и творческом отношении работа в этой области может в значительной мере стать подспорьем в приходской и монастырской практике окормления людей.

Закончить книгу хочется замечательными словами из работы архимандрита Киприана “Пастырская психиатрия”:

“Пастырь, призванный не судить, а спасать мир, преображать его лучами Фаворского Света, способствовать созиданию “новой твари” о Христе, должен уметь вдумчиво, трезво и сострадательно отнестись ко всем этим феноменам и каждому давать свой совет. В случае телесной немощи пастырь может помочь своими молитвами и ободрением; в случае греха он должен вразумить, обличить, укорить и, может быть, наказать; в случае психопатологическом он сам должен прежде всего понять, с чем имеет дело, мудро поступать с таким человеком и помочь ему.

Берясь за нелегкое дело душепопечения, пастырь должен, следовательно, не психиатра привлекать к своей работе, а самому не ограничивать своей подготовки к душепопечению одними учебниками пастырского богословия, нравственного богословия и аскетики, но познакомиться хотя бы в некоторой мере с требованиями психологии и пастырской психиатрии. Это несколько не повредит его “духовности” и православности. Если в программы духовных учебных заведений, как средних, так и высших, всегда включалась психология, то это может быть несколько расширено, и кандидаты в священство могли бы знакомиться и с новыми руководствами по нравственной психологии, по пастырской психиатрии, по психоанализу, приспособляя то, что найдут в западных руководствах, к нуждам и условиям православного пастырствования.

При оценке человека священник должен соблюдать его свободу, его личность, его нравственное достоинство.”

Использованная Литература:

1. Библия. Издание Московской Патриархии, 1980 г.
2. Святитель Григорий Богослов. Сочинения в 2-х томах.
3. Святитель Иоанн Златоуст. Сочинения.
4. Святитель Игнатий Брянчанинов. Том первый, “Аскетические опыты.”
5. Святитель Игнатий Брянчанинов. Том пятый, “Приношение современному монашеству.”
6. Святитель Феофан Затворник. Начертание христианского нравоучения.
7. Преп. Иоанна, игумена Синайского. Лествица.
8. Преп. Иоанна, игумена Синайского. Слово к пастырю.
9. Душеполезные поучения Аввы Дорофея.
10. Преп. Ефрем Сирин. Творения т. 1.
11. Преп. Макарий Египетский, “Духовные беседы”
12. Епископ Варнава Беляев. Основы искусства святости. Нижний Новгород.
13. Архиепископ Иоанн Шаховской. Философия православного пастырства.
14. Архиепископ Иоанн Шаховской. Семь слов о стране Гадаринской.
15. Епископ Александр Семенов Тянь-Шанский.
16. Епископ Василий Кривошей, “Богословские труды.”
17. Схиархимандрит Агапит (Беловидов) “Жизнеописание оптинского старца иеросхимонаха Амвросия”
18. Архимандрит Киприан Керн. Православное Пастырское Служение.
19. Схимонах Илларион. На горах Кавказа.
20. Протоиерей Владимир Воробьев. Покаяние, исповедь, духовное руководство.

21. Священник Анатолий Гармаев. Пути и ошибки новоначальных (беседы в паломническом рейсе). Этапы нравственного развития ребенка, Обрести себя, Психопатический круг в семье.
22. Настольная книга священнослужителя, т. 8, М., 1988 г.
23. Начала христианской психологии, под ред. Б. С. Братуся, М., Наука, 1995 г.
24. В. Лосский, “Образ и подобие.”
25. В. Лосский. Мистическое богословие.
26. Д. Мелехов. Психиатрия и проблемы духовной жизни.
27. В. Аксючиц. Под сенью Креста
28. Д. Авдеев. Беседы с православным психиатром.
29. О. Николаева “Современная культура и Православие”
30. Епифанович. “Максим Исповедник.”
31. Житие старца Иллариона
32. Жизнеописание оптинского старца Варсонофия.
33. Жизнеописание оптинского старца иеросхимонаха Нектария.
34. Письма оптинского старца Анатолия.
35. Житие старца Моисея.
36. Н. Гурьев. Страсти и их воплощение в соматических и нервно-психических болезнях.
37. С. Зарин. Аскетизм по православно-христианскому учению.
38. В. Невярович. Чудесные исцеления. Терапия души. Воронеж, 1998 г.
39. П. Смирнов. Жизнь и учение преосвященного Феофана Затворника.
40. Православная Церковь свидетельствует. Исцеления истинные и ложные., Пермь 1998 г.
41. О душевных болезнях, М., Благо, 1998 г.

Справочники и литература по психиатрии, психологии, психотерапии. Отечественные авторы и издания.

42. Московский Психотерапевтический Журнал, № 4 за 1994 г., № 4 за 1997 г., № 1 за 1999 г.
43. Психология и психоанализ характера. Сб. под ред. Д. Я. Райгородского.
44. Курс практической психологии, сборник под ред. Р. Р. Кашапова.
45. Клиническая Психиатрия, сборник под ред. проф. Н. Е. Бачерикова, Киев, 1989 г.
46. Руководство по психиатрии, под ред. Г. В. Морозова, в 2 томах, М., Медицина, 1988 г.
47. Энциклопедия медицинских терминов (в трех томах), под ред. Б. В. Петровского, М., Советская Энциклопедия, 1982—84 гг.
48. П. Б. Ганнушкин. Избранные труды.
49. В. А. Гиляровский. Психиатрия.
50. О. В. Кебриков, М. В. Коркина, Р. А. Наджаров, А. В. Снежневский. Психиатрия., М., Медицина, 1968 г.
51. В. Ф. Матвеев. Учебное пособие по психиатрии, М., Медицина, 1975 г.,
52. Г. К. Ушаков. Пограничные нервно-психические расстройства.
53. А. Борисов “Роскошь человеческого общения.”
54. М. Е. Литвак “Из ада в рай,” “Психологические этюды.”
55. Н. Ф. Калина. Основы Психотерапии, Рефл-Бук, 1997 г.
56. Е. Л. Михайлова. Как найти психотерапевта-профессионала для себя и своих близких? Аудиокассеты. М., Институт групповой и семейной психотерапии.

Справочники и литература по психиатрии, психологии, психотерапии. Зарубежные авторы и издания.

1. Оксфордское руководство по психиатрии, Киев, 1997 г.
2. А. Адлер. О невротическом характере.
3. Джеймс Бьюдженталь. Наука быть живым. НФ “Класс,” 1998 г.
4. Эрик Берн. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных.
5. Эрик Берн. Люди, которые играют в игры. Игры, в которые играют люди.
6. Карл Витакер. Полночные размышления семейного терапевта. НФ “Класс,” 1998 г.
7. Барбара О’Брайен. Необыкновенное путешествие в безумие и обратно. НФ “Класс,” 1997 г.
8. Джеоф Грехэм. “Как стать родителем самому себе.” НФ “Класс,” 1998 г.
9. Р. Дилтс. Изменение убеждений с помощью НЛП., НФ “Класс,” 1997 г.
10. Г. И. Каплан, Б.Дж. Сэдок. Клиническая психиатрия (в двух томах), пер. с англ., М.,- Медицина, 1994 г.
11. Антон Кемпинский. “Психология шизофрении”
12. Доктор Курт Кох. “Душепопечение и оккультизм.”
13. Ролло Мей. Искусство психологического консультирования, НФ “Класс,” 1999 г.
14. Аллан Пиз. Язык телодвижений. Нижний Новгород, 1998 г.
15. К. Хорни. Собрание сочинений в 3-х томах.
16. Эрих Фромм. “Бегство от свободы.”
17. Джей Хейли. О Милтоне Эриксоне. НФ “Класс,” 1998 г.
18. Даниэль Хелл, Магрет Фишер-Фельтен. Шизофрения: основы понимания и помощь в ориентировке.
19. Ирвин Ялом. Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы. НФ “Класс,” 1998 г.