

ПРАВОСЛАВИЕ И ПРОИЗВОДНЫЕ ОТ НЕГО ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ПАРАДИГМЫ

С.А.БЕЛОРУСОВ*

Статья, написанная на основе интерактивного обсуждения автором своего клинического опыта с собеседниками в Интернете, представляет собой попытку изложения различных подходов к психологической помощи в православной психологии, в зависимости от точки зрения на то, что такое Православие. Автор выделяет и описывает три возможных вида восприятия Православия, именуя их – «вера плоти», «вера ума» и «вера сердца» – и преобладающие им возможные психотерапевтические стратегии.

Личность, движимая стремлением к целостности, актуализируется путем приведения в соподчиненную структуру всех своих мотиваций, располагая их по принципу доминирующей значимости. Профессионал, успешно осуществляющий себя в избранной сфере деятельности, старается упорядочить свои навыки с тем, чтобы его практика максимально способствовала раскрытию данного ему потенциала в направлении к заданному ему предназначению. Применительно к психотерапии, мы хотим рассмотреть проблему, которая касается и давней практики, и инновационной перспективы – каким образом правильная позиция Богопочтения (Ортодоксия) соотносится с позицией специалиста, призванного облегчать страдание человека и имеющего теоретический и практический опыт принадлежности к Православию.

* *Белорусов Сергей Анатольевич* – врач-психотерапевт, имеет также богословское образование (Свято-Тихоновский и-т), заведующий отделением клинической психотерапии и мед.психологии поликлиники Медросконтракт; ст. преподаватель Института аналитической психологии и психоанализа; член ред. совета «Ephrany International – The Journal of Formation Science, Anthropology and Theology».

Еще в начале 20-го века мыслитель С.Л.Франк вдохновенно писал:

Возникает возможность согласования между научными теориями психофизиологии и данными аскетической практики. Отсюда дается научное оправдание духовных приемов телесного исцеления. Мы присутствуем при возникновении и развитии – в лице психоаналитической школы и родственных направлений – психотерапии. То, что еще недавно для «просвещенного» ученого было вымыслом, плодом легковерия, невежества и шарлатанства – возможность молитвенного исцеления и вообще влияние веры на здоровье – становится твердо установленным наукой фактом. Врач новой школы начинает уже более походить на древнего целителя, чем на врача недавнего прошлого, верившего только в пилюли и порошки (Франк, 1926).

Теперь, 80 лет спустя, выражение «православная психология и психотерапия» уже не вызывает ни такого энтузиазма, ни удивления, ни сопротивления. Накоплен известный опыт практики и осмысления, проясняются возможности и границы этого понятия, множатся статьи и книги, концептуализирующие опыт специалистов, которые заявляют себя приверженцами этого направления. Однако, дух и «контент» этих работ часто не конгруэнтны, а потому требуется прояснение психотерапевтических стратегий адептов данного направления.

Мы попытаемся нарисовать условную модель, позволяющую сгруппировать и более четко определить известные нам подходы к «православной психологии и психотерапии». Выбранный метод группировки основывается на известном факте, что содержание любого явления будет восприниматься различно в зависимости от фокуса восприятия. Мы предлагаем три перспективы восприятия Православия и постараемся показать, как, в зависимости от самоотождествления с той или иной перспективой, осуществляется профессиональная деятельность психологов, идентифицирующих свои стратегии помощи в качестве «православных».

Православие стагнации, или «вера плоти»

«Православная церковь, религиозная организация приверженцев православия. Оформилась в 4 в. в Византийской империи (оставаясь до разделения церковью организационно связанной с рим.-католической церковью, составляя вместе с ней общехристианскую церковь). В отличие от католической церкви (сформировавшейся как централизованная внесударственная организация, подчинённая одному иерарху – папе римскому), П. ц. первоначально выступала в роли государственного образования, возглавлявшегося самим византийским императором; он назначал и смещал церковных иерархов, созывал и закрывал церковные соборы, на которых председательствовал либо сам, либо его чиновник, утверждал со-

борные постановления, обладал правом толковать православное вероучение и др. прерогативами высшей церковной власти. После падения Византийской империи (1453г.) образовались автокефальные П.ц., которые связывает общность вероучения, основных норм церковной жизни и главных элементов обрядности, хотя богослужебный уклад каждой из них имеет национальные различия» (БСЭ, <http://www.oval.ru/enc/57077.html>).

Примечательность вышеприведенного текста состоит в сочетании безупречной формальной правильности изложения с принципиальной невозможностью осознания сути Православия как жизненного явления. Приняв возражение в том, что данный источник, претендуя на объективность, является атеистическим, мы приведем точку зрения современного авторитетного православного иерарха, изложенную в его работе «Отличие Православия от других конфессий»:

Православная духовность резко отличается от любой другой «духовности» восточного или западного типа, тем, что она является Бого-центрированной, в то время как все остальные человеко-центрированными, и это отличие заложено в первую очередь в догматическом учении (*Митрополит Иерофей Влахос*, цит. по <http://home.it.net.au/~jgrapsas/pages/orthospir.htm>).

Есть ли что-то общее между этими цитатами? Наверное, тональность окончательности суждения и принцип понимания явления через его отграничивание. Мышление формулами в духовной сфере, пусть безупречно точными и находящимися в согласии с полнотой Писания и Предания, неминуемо приводит к редукционизму и «объективации», затрудняя диалогичность, которая является критерием подлинного религиозного опыта.

Здесь представляется оправданной историческая аллюзия, отражающая отношение институционализированной средневековой Церкви к феномену болезни:

В конце XVI–начале XVII века для того, чтобы выйти из лепрозория, нужно было пройти особую процедуру, своего рода тип инициации через епископа, который читал специально составленное для таких случаев чинопоследование. Одним из элементов этого чина в некоторых странах западной Европы был следующий. Больного проказой спускали на дно свежевырытой могилы, после чего он выходил из нее. В это же время, для того чтобы выйти из лепрозория, больной человек должен был сопровождать свой исход шумом трещотки, таким образом, он автоматически ставится в оппозицию «миру», который, наряду с ужасом перед отверженными, сравнительно доброжелательно относился к тем, кого сейчас мы относим к группам риска. ...При этом и формы церковной проповеди обретают черты какой-то обреченности. Так, когда говорят о

разрешении Третьего Латеранского собора строить при лепрозориях часовни и церкви, обычно имеют в виду влияние Церкви на окормление болящих. Но ...теперь прокаженному человеку куда и нельзя уйти. Он там живет, он там принимает то или иное лечение (чаще всего не принимает) и он там должен умереть и быть отпетым. Таким образом, круг его земного существования завершается, формируется гетто... Такой практический взгляд общества не мог не найти отражения в теоретических построениях: в XII веке известное произведение «Светильник» говорит о том, что Христос принимает смерть за одних лишь избранных, а не за всех. К этим избранным не относятся люди, претерпевающие нескончаемые муки на земле, – очень важное построение католического богословия, которое, не будучи официально принято, в то же самое время носило абсолютно распространенный, общеизвестный характер (Абрамов, 2003, с.128-139).

Рассматривая возможность осуществления на практике такого подхода в нынешнем Православии, мы обнаруживаем современников, выстраивающих свою жизнь согласно нормам принятого «уставного благочестия». Мотивы их поведения механистически определяются исторически сложившимся церковным укладом, конформно усвоенные ценностные категории являются высоко субъективно значимыми и ультимативно смыслообразующими, а восприятие событий тех сфер реальности, о которых не вынесено авторитетных церковных суждений, ригидно и «сужено». Там, где сомнения и вопросы воспринимаются как «искушение», неминуемо возникает мотивация **от**-деления себя от многообразия мира, соблазн **от**-вернуться от того, что не вписывается в привычную последовательность знакомых когнитивных стратегий. Здесь укорененность становится застывшестью, и **от**-сутствие дерзновенного стремления по направлению к «Пути, Истине и Жизни» позволяет именовать данный стиль Православия «верой плоти», в смысле святоотеческого определения ее «одебеливания»¹ (священник Максим Козлов, 2004).

В подобных обстоятельствах психотерапевт рассматривает себя в качестве ассистента священнослужителя, а клиент авансирует свое доверие только в той степени, в которой терапевтическое взаимодействие происходит в формате привычных ему понятий сакральной реальности. Этот тип «православной психотерапии» хорошо иллюстрируется следующим описанием:

Психолог будет принимать только тех прихожан, которых направляет на консультацию батюшка. (...) Перед началом работы, психолог, часто вме-

¹ «Одебеливание» – от слова «дебелый», «тяжеловесный».

сте с человеком, пришедшим на прием, молились перед иконами, прося Бога о помощи в работе. (...) Работу психолога делает легче общность веры – понятий, смыслов, представлений. Не раз приходилось работать с людьми, побывавшими у «светского» психолога, которые жаловались на отсутствие контакта и неприемлемость для себя полученных рекомендаций. Но самое главное – это то, что человек, которому нужна помощь, имеет бесценную возможность исповедоваться, причащаться, читать Священное писание, молиться, посещать святые места. Делая все это, человек получает от Господа возможность прощения, а значит и исцеления (Баязитова, 2003).

Крайнее выражение этого подхода, доходящее фактически до «антипсихотерапии», мы находим в многочисленных книгах Д.А. Авдеева, где медицинские сведения на уровне листовок санпросвета перемежаются целыми страницами цитат из Святых Отцов. Там мы встретим следующие пассажи:

На практике мне не доводилось наблюдать случаи выраженных неврозоз или невротических развитий личности у людей, живущих благочестивой христианской жизнью (Авдеев, с.23).

Или:

Господь дал нам средства отражать дьявольские козни. Этими средствами являются вера, святое таинства покаяния и причащения. Надо убеждать больного алкоголизмом носить нательный крест, читать молитвы, пить натошак крещенскую воду. Один хорошо знакомый мне человек злоупотреблял спиртным. Он слезно помолился Пресвятой Богородице и с того дня больше не притрагивался к водке (*там же*, сс.50-51).

Таким образом, в ситуации подобного восприятия Православия, «православную психотерапию» можно, несколько утрируя, понимать как некий неспецифический свод адаптационных приемов, направленных на скорейшее самоопределение клиента в качестве полноценного адепта Церкви, принадлежность к которой автоматически устранит причины обращения к психологу.

Православие становления, или «вера ума»

Второе определение Православия мы найдем в следующей цитате:

Действия Божии относительно каждого человека разнообразны и непостижимы, но сила этого промысла Божия лично для автора заключается в том, что этот благодатный опыт веры был получен и осознан именно через участие в приходской таинственной жизни нашей Православной Русской Церкви, и более того, для него лично совершенно очевидно, что

никаким другим способом этот опыт получен быть не мог. Именно такой личный опыт абсолютно полно убеждает каждого в том, что обетования Спасителя о Церкви исполнились, что действие Духа Святого не теоретически, а в реальной действительности присутствует и живет в Предании Восточной Кафолической Церкви (*священник А.Новожилов, 2004*).

Для этого модуса раскрытия понятия «Православия» характерно восприятие Ортодоксальной традиции как самостоятельной, отдельной, одной из возможных, но лично и сознательно избранной, опытно выстраданной и продолжающей утверждаться через поверку убеждений безбоязненной встречей со всеми обстоятельствами личной и профессиональной жизни.

Те, кого мы относим к этому типу исповедания Православия, в качестве психотерапевтов будут, в интеллектуальной добросовестности, искать возможности нелицемерного сочетания своей веры со своим психологическим инструментарием, пытаясь наполнить профессиональную деятельность содержанием, либо выражающим православные ценности, либо, как минимум, не противоречащим им. Чтобы понять, как это предлагается и удается делать, познакомимся с репликами профессионалов, прозвучавшими зимой 2005-2006гг. на Интернет-форуме, посвященном возможностям и ограничениям «православной психотерапии (<http://www.kuraev.ru/forum/view.php?subj=47138>):

Александр С.Бочаров: Психолог ни в коем случае не должен пытаться вмешиваться в отношения человека с Богом и влиять на личные аспекты веры пациента. Но, пользуясь своими знаниями законов функционирования психики, человеческих взаимоотношений, типологий личности, возрастных кризисов и ещё много чего, психолог может помочь наладить отношения с близкими, в семье и коллективе, лучше понять самого себя, помочь научиться общаться с незнакомыми людьми, преодолеть страх и неуверенность. При этом вся деятельность психолога должна быть пронизана христианским мировоззрением, не должно быть разрыва между его верой и профессиональной деятельностью. И совсем необязательно употреблять через слово «благодарить», «святые отцы», «искушение» и т.п.

Денис В.Новиков: Я получил профессиональную подготовку в области проблемно-ориентированного консультирования и гештальт-терапии. В своей работе я использую эти методы, однако, по мере необходимости, мне важно отслеживать и духовную составляющую психотерапевтической работы, и, имея богословское образование, считаю возможным обращаться иногда и к духовному аспекту той или иной ситуации. Целью моей работы не является обращение в православную веру или приведение че-

ловека в Церковь. Я не вправе подменять свою профессиональную деятельность как психотерапевта работой катехизатора или миссионера. Были случаи, когда в процессе работы люди обращались в Православие, и я очень был рад этому, но это был их личный выбор, я к этому их не подталкивал.

Священник Евгений Левченко: Главный круг задач православной психологии: помощь в самопознании и в обретении себя. У святителя Феофана это звучит так: «Человек должен наперед владеть собой, чтобы потом предать себя Богу... Все, впрочем, относящееся сюда, совершается в двух поворотах свободы: сначала в движении к себе, а потом от себя к Богу. В первом человек возвращает себе потерянную над собою власть, а во втором себя приносит в жертву Богу – жертву всесожжения свободы. В первом доходит он до решимости оставить грех, а во втором, приближаясь к Богу, дает обет принадлежать Ему единому во все дни жизни своей». Здесь необходимо отметить следующее. Православный психолог, оказывая помощь, может действовать средствами, во многом сходными с теми, которыми пользуется психолог неправославный. При этом и задачи он может ставить подобные: например, социализация, снижение тревожности, повышение адекватности и пр. Но принципиальная разница здесь в том, что он имеет в виду возможный в будущем второй «поворот свободы» человека, которому он помогает. И вообще, главным – не столько принципом, сколько законом – для православного психолога должно быть не просто «Не навреди», а «Не навреди в деле спасения души» (а навредить, как известно, можно не только действием, но и бездействием).

Андрей В. Иванченко формулирует задачи православного психотерапевта по пунктам: 1) понимать промыслительную роль страдания, как необходимого элемента духовного здоровья, а духовное здоровье – как единственную основу истинного прочного счастья; 2) способствовать введению в «невидимую брань», борьбу с «духами злобы поднебесными» – подсознательными программами агрессии и эгоизма, учить принципам невидимой брани, объясняя их иногда более современным языком; 3) призывать пациентов оценивать успехи не как следствие усилий врача, а как процесс внутреннего действия в их душе Божией благодати; 4) брать из психотерапии только те средства и методы, которые отвечают свято-отеческому учению о спасении; 5) вести в Церковь, учить молитве, покаянию, исповеди и регуляроному причастию. Лечить не только своим словом, но и направлением на исповедь к священнику; 6) учить пациентов учитывать перспективы вечной жизни человека, и готовить человека к самому великому таинству – переходу из временного бытия в вечность; 7) не навязывая свою веру, открыто исповедовать свое христианское православное кредо, не стесняясь преступить рамки религиозной «политкорректности»; 8) священник занимается духовными недугами, относя

психологический комфорт на второй план, в то время как психотерапевт ставит улучшение психологического состояния на первое место, но указывает на связь психологических проблем с их духовными корнями, направляя пациента к священнику для их исцеления; 9) психотерапевт не берет на себя личную ответственность за духовную судьбу пациента в отличие от духовного отца, принимающего на себя духовную ответственность за отпущение грехов своих духовных чад. Поэтому психотерапевт не диктует пациенту правила поведения, а раскрывает механизмы наказания и вознаграждения за те или иные выборы, и оставляет за пациентом полное право окончательного решения.

Владимир В. Стома: Православная психотерапия – вид профессионального служения, помощь нуждающимся в благоустроении душевной жизни с целью духовного возрастания методами психологического уровня, согласующимися с православным вероучением.

Принципы помощи: 1) основание ее на личной православной вере терапевта, являющегося членом Церкви, при соответствующем понимании человека, его проблем и источника помощи; 2) помощь в душевном благоустроении может быть оказана любому, кто испытывает потребность в улучшении душевного состояния и согласен получить ее от человека, имеющего православную веру и профессиональную психотерапевтическую подготовку; 3) цель помощи – улучшение душевного состояния через улучшение, в определенных пределах, духовного состояния. При этом не может идти речи о спасении души только средствами психотерапии; 4) методы помощи исключают директивность, манипулятивность, использование измененных состояний сознания. Из накопленного опыта профессиональной психотерапии терапевт выбирает соответствующие своим особенностям и адекватные для нуждающегося и характера его проблемы средства; 5) содержание терапевтического процесса: а) помощь в развитии навыка самонаблюдения и самопознания; б) помощь в преодолении привычек и убеждений, искажающих его; в) помощь в принятии нравственного выбора и поддержки в его осуществлении; 6) Психотерапевтическая помощь не распространяется на вопросы духовной жизни, требующие благодати священства.

Сергей А. Белорусов: Православная психотерапия, принимая положение хорошей экзистенциальной психотерапии о том, что «свобода для» выше «свободы от», простирается дальше и позиционирует выбор не как «возможность выбирать» а как «радость соглашаться». Ультимативной целью ПП является совместное («соборное») с клиентом достижение возможности синергии – соработничества с Творцом. Выделяемые здесь этапы: а) распознавание своей миссии; б) благодарность за нее; в) через благодарное согласие – встреча с Создателем и выход за пределы заданности – восхищающий экстазис – личностное преображение, приводящее к вы-

явлению Богоподобия – «через заданность к данности» или от «подобия к Образу». Что касается соотношения пастырского душепопечения и деятельности православного психолога, то возможно вспомнить принятое в богословии различие апофатического (отрицающего) и катафатического (утверждающего) пути Богопознания. Так вот, в то время как священнослужитель является выразителем в первую очередь катафатического подхода – проповедь+Таинства, то служение религиозного психолога сосредоточено на апофатике, то есть анализе и преодолении того, что препятствует человеку утверждать Бога в своей жизни. Сфера деятельности ПП – разрушение идолов в душе, разрыхление почвы для принятия семени и вырывание сорняков, препятствующих росту, в то время как полив добрых ростков следует уступить священнику – катафату.

Точка зрения на возможности пастырской психотерапии в Православии, изложенная одним, если не единственным, адептом этой идеи – игуменом, и одновременно НПП-мастером, *Евмением (Перистым)* звучит так:

Сегодня, как нам думается, возникла не только возможность, но и необходимость в объединении...святоотеческого понимания человека и болезней его души с психиатрическим знанием симптоматики, возможностей психотерапии и психофармакологии, знаниями экзистенциального анализа, гештальт-терапии, роджерсианского подхода, семейного консультирования, групповой терапии и других психотерапевтических подходов. Для целостного понимания истоков невротических нарушений (как, впрочем, и других болезней) необходимо подняться на самый высокий личностный уровень и рассматривать эту патологию с позиции духовного начала, с позиции Православного вероучения и Святоотеческих писаний. И тогда во многих случаях будет обнаружен корень страдания — духовная слепота, игнорирование духовных потребностей, безбожие. ... Невроз имеет, в первую очередь, духовную, а уже затем — психофизиологическую природу как показатель нравственного нездоровья, духовно-душевного разлада. Формы его различны: неврастения (уныние, «плач души» или раздражительность, нетерпимость); истерия, которая тесно связана с грехами гордыни и тщеславия; невротические навязчивости («умственная жвачка», склонность к излишней рационализации). Грех, как корень всякого зла, близок к невротическим расстройствам. Совершаясь в глубине человеческого духа, он возбуждает страсти, дезорганизует волю, выводит из-под контроля сознания эмоции и воображение (об этом подробно пишет преосвященный Феофан Затворник в своих творениях). Грех определяет соответствующую духовную почву для возникновения невроза. В дальнейшем развитие невротических проявлений может зависеть от особенностей характера, условий жизни и воспитания, нейрофизиологических предпосылок, а также различных стрессов и

других обстоятельств, многие из которых остаются неизвестными. ... Глубинная сущность невротозов — тайна, известная только Господу. Нужно побуждать пасомого к участию в выявлении возникающих проблем, к рассмотрению вопроса о том, что можно сделать для решения каждой из них, и в каком порядке их следует преодолевать. Таким образом он будет лучше подготовлен к тому, чтобы самостоятельно справляться с трудностями в будущем. Если проблемы невозможно решить, пасомому следует примириться с ними. (...) Как правило, у пасомых с малыми невротическими расстройками проблемы носят всего лишь временный характер, однако у некоторых социальные трудности могут затянуться. Нередко им недостает друзей, которым они могли бы довериться, или какого-нибудь доставляющего удовлетворение занятия. У части пасомых с хроническими невротозами отсутствие социальных контактов является результатом давнишних трудностей в социальных отношениях; таким людям можно помочь, воспользовавшись одним из существующих в современной психотерапии методов (Цит. по: <http://www.reshma.nov.ru/psychology/pastirska/ppp.htm>).

Заклучим это раздел фрагментом концептуальной статьи «Православие и психотерапия» практикующего психолога *В.Ильина*:

Целью духовной жизни личности, с точки зрения духовно-ориентированной психотерапии, является преодоление изначальной раздвоенности на самом глубинном уровне. Для этого используются как традиционные средства индивидуальной и групповой психотерапии, так и методы душепопечения и опыт социального служения Русской Православной Церкви. Основное требование духовно-ориентированного подхода — понимание психотерапевтом не только душевного, но и духовного актуального состояния личности и этиологии имеющихся дисфункций на обоих уровнях. В соответствии с этим строится стратегия психотерапии в каждом конкретном случае. Принципиально важно, чтобы психотерапевтический процесс не противоречил логике и задачам духовного развития, а, в идеале, был интегрирован с ними. Поэтому, там, где это возможно, представители духовно-ориентированного подхода работают параллельно со священником. В настоящее время, духовно-ориентированная психотерапия широко используется для реабилитации лиц, страдающих наркотической и алкогольной зависимостью, лиц, пострадавших от тоталитарных сект, при лечении психосоматических и личностных расстройств, социопатии. Особенно важен данный подход для религиозных людей, не доверяющих традиционной психотерапии. Однако и они должны знать и понимать, что и в процессе использования методов духовно-ориентированной психотерапии широко используются техники и подходы различных терапевтических школ, в том числе, пришедших к нам с Запада (Цит. по: http://www.reshma.nov.ru/psychology/hristianska/iliin_prav_psih.htm)

Итак, можно предположить, что «православная психотерапия» второго типа, то есть осуществляемая в том модусе восприятия Православия, который условно и, может быть, не совсем точно, мы обозначили как «вера ума», представляет собой индивидуальные попытки синтеза творчески преломленного православного мировоззрения со «светскими» технологиями психологической помощи.

Православие трансценденции, или «вера сердца»

Третье понимание Православия находит свое выражение в следующей цитате:

Церковь – не просто человеческое общество, не просто общество людей, которые во имя Божие собраны, которые послушны Его заветам, которые живут Его дарами; Церковь – чудо гораздо большее. Это тело, живое тело, организм, который одновременно и Божественный, и человеческий, в котором на равных началах – потому что любовь неравных делает равными – Бог и человек встречаются, соединяются, делаются неразлучными. Церковь – место, где совершается это чудо встречи, взаимно отдающей любви, вечности уже пришедшей, победы любви над всякой рознью (*Митрополит Антоний Сурожский, 2000*).

Это есть понимание Православия как единой и единственной духовности, включающей в себя все, что можно принять, исправить и преобразить в мире. Это «вера сердца», когда ничему, кроме греха, и никому, кроме беса, не говорится «нет».

В религиозной истории мира исстари существовали два мотива, противоборствующих друг другу. Упрощая, можно их описать так: первый – «наша форма общения с Богом (богами) единственно возможная, и если вы не с нами, то вы либо глупцы, либо обманщики, либо враги»; второй – «Бог далеко, и как правильно поклоняться ему не знает никто, и знают все понемножку, а значит, следует либо не делать этого вовсе («Он у меня в душе, все и так видит и слышит»), либо признать, что в каждой религии есть нечто, что можно и необходимо заимствовать, создав единую совершенную всеобъемлющую религию».

Казалось, в плоскости выход из этих двух противостоящих систем не просматривался, но в момент кризиса 19-го столетия, когда, с одной стороны, дал бурный рост ядовитый сорняк циничного теоретического атеизма, а с другой – напал туман обманчивого сладострастного мистцизма, Господь воздвигает пророка, и не из ветшающего благодатными дарованиями «духовного сословия», а небогатого дворянина и честного офицера, православного мирянина А.С.Хомякова. Он открывает и, не мудрствуя лукаво, обосновывает простой и насущный для спасения души

и мира в нашу эпоху тезис – «Церковь одна». Цепь рассуждений безупречна: если Бог один, то создает Он только одну Церковь. Но что Она такое? Вместо прежнего понимания механистической совокупности индивидов в «обществе-организации», пусть «Богоустановленной», теперь открывается возможность пережить «соборность» – торжество единства в сопричастности – «Церковь не есть множество лиц в их личной отдельности, но единство Божией благодати, живущей во множестве разумных творений» (Хомяков, цит.по: <http://www.pagez.ru/olb/001.php>).

Восприятие Православия выше и шире, чем наше обыденное представление о нем. Господь жив и действует и за алтарной перегородкой, и за оградой храма и за пределами Патриархатов. Во все времена и везде, где есть человек, кем бы он ни был рожден и как бы ни прозывался, когда его поступки и чувства находятся в гармонии с духом Доброй Вести, мы вправе отождествить это с Православием, с преизбытком, разлитым по Вселенной. «Дух дышит, где хочет», и, почти синонимизируя дар правильного прославления Бога с вне-ритуальным проявлением мудрости, открытости, почтительности, жертвенности, умиления, надежды, мы осуществляем упование на Божию милость, признавая, что понимание Его путей превосходит наши нынешние возможности. Отваживаясь на доверие сердцу изнутри и Промыслу извне, мы соглашаемся с «рыцарем», которого не смогли принять штатные преподаватели «школьного богословия» из страха услышать: «Писание есть внешнее, и Предание внешнее, и дело внешнее; внутреннее же в них есть один Дух Божий. Поэтому должно понимать, что исповедание, и молитва, и дело суть ничто сами по себе, но разве как внешнее проявление внутреннего духа» (Хомяков, там же).

Аутентичность духовного опыта А.Хомякова подтверждается его личностью, по воспоминаниям знавших его: «Внутренняя жизнь его отличалась трезвостью – это была преобладающая черта его благочестия. Он даже боялся умиления, за каждую пролитую слезу, зная человеческую склонность все вменять себе в заслугу, он нарочно обливал себя струей холодной насмешки» (протоиерей Георгий Флоровский, 1937, с.272). Приведший это наблюдение сподвижников убежден: «Верность Хомякова есть закаленность его духа».

Многие, несомненно, авторитетные представители Православия, не взирая на некоторые различия в их духовных воззрениях и духовной практике, свидетельствуют о подобной самоидентификации Православной Церкви. О.Сергий Булгаков подтверждает:

Исповедание единой, святой, соборной и апостольской церкви совсем не исключает допущения возможности того, что свет ее простирается и да-

лее пределов ее земной организации. Господь по неисповедимым путям своим делает ей сопричастными многие миллионы христиан и за этими пределами. Иначе говоря, может быть православие за пределами Православной церкви как организации, *ecclesia extra ecclesiam*. Это не означает, что есть несколько церквей, но единая церковность действует вширь и вглубь. Границы этого общества не положены. ... Ап. Петр говорит о проповеди во аде (1 Петр. 3:19-20). Отчетливая и радикальная постановка вопроса о вероучительном авторитете в Православии принадлежит Хомякову, вписавшему этим свое имя неизгладимо в истории православно-богословствования, как апостол свободы в Православии (Булгаков, 1947).

Кристалльно ясный и отважный в рефлексии своего служения пастырь о. Александр Ельчанинов пишет:

Все яснее становится мне, что Православие — это стихия абсолютной свободы. Отвращение к пропаганде, насилию, хотя бы чисто идейному или психическому, боязнь убеждать, вера только в самую наличность религиозной жизни — все остальное придет само (Цит. по: <http://orel.rsl.ru/nettext/history/elchaninov/el00.htm>).

Современный подвижник о. Серафим Роуз, апостольски просиявший в среде, наиболее отстоящей от исторического Православия, к концу жизни высказал поразившее его собратьев утверждение: «Все церковные организации в конце концов поклонятся антихристу.» А в последней беседе с паломниками он, призвав «глубже чувствовать Церковь Христову и то, что наша формальная принадлежность ей недостаточна для спасения», процитировал слова современного румынского исповедника о. Георгия Кальчу о том, что значит быть в Церкви:

Церковь Христова жива и свободна. Ты находишься в Церкви всякий раз, поднимая сломленного скорбью, подавая нищему, утешая больного. Ты в Церкви, когда взываешь: «Господи, помоги мне». Ты в Церкви, когда ты добр и терпелив и отсекаешь гнев на брата, даже если он ранил твои чувства. Когда честно трудишься, возвращаясь домой уставшим, но с доброй улыбкой. Сострадай тому, кто рядом. Никогда не спрашивай «кто он?», но говори — «он не чужой. Он, как и я — Церковь Христова» («Жизнь и труды о. Серафима Роуза», стр. 817).

Ступая вслед за теми, кто дорожит любым проявлением Добра, мы обнаруживаем в себе третье, согласно нашей классификации, восприятие явления Православия. Эта вера, по мнению автора, хороша тем, что, в отличие от институционального Католицизма, не подчиняется единому авторитету, вещающему *ex cathedra*, и, в отличие от Протестантизма, со-

хранила Таинства, к которым следует приступать в смирении, благоговении и настоящем «непонимании» (Белорусов, 2005).

Здесь, вероятно, возникнет возражение относительно чрезмерно размытых границ Православия. Мы можем тут предложить руководствоваться следующим принципом: «Кто имел возможность знать Христа и отступил – тот вне. Кто стремился жить, не ведая Христа, но так, как бы одобрил Господь, – тот православен».

Продолжая «богомыслить» в этом направлении, мы приходим к формуле – «Православие есть состояние души», не отдельная религия, не восточная традиция хвалы Бога, но пребывание в Источнике Жизни. Осмысленное и ответственное отношение к этому приводит к воцерковлению в правильной (Ортодоксальной) Церкви с принятием Ее уставов, традиций и Таинств; с осознанием того, что каждую минуту мы можем отпасть от Церкви и можем войти в Нее вновь, предать Ее своим греховным помыслом и восстановиться в Ней через борьбу с ним. Православная Церковь есть общность душ, устремляющихся к любви через Первоисточник.

Не отказывая в именовании Православным всему, что есть доброго, умного, красивого и здорового в мире, сотворенном Любовью с любовью, имея в уме знание о Христе, а в сердце доверие, благоговение и ответную любовь, мы можем соборно предложить третий вариант «православной психотерапии».

Каким он будет, хотя бы в общих чертах? Или как распознать, увидеть его в том, что уже было?

«Православная психотерапия», происходящая из такого восприятия Православия, создается на удивление просто. Присмотримся к реальным случаям однократных целительных взаимодействий, почерпнутым из классической духовной литературы:

1) Вот недавно был сему пример. Один здешний городской мещанин до того развратился, что решительно все гоняли его палками от своих ворот, и никто ему не давал даже и куска хлеба. Он был пьяный, буйный и драчливый человек, да еще и воровал. В таком виде и голодный пришел он к нам; просил хлеба и вина, до коего он был чрезвычайный охотник. Мы, ласково принявши его, сказали: живи у нас, мы будем давать тебе вина сколько хочешь, но только с тем уговором, чтобы ты, напившись, сейчас ложился спать, если же хотя мало забунтуешь и заколобродишь, то не только прогоним тебя и никогда не примем, но даже я сделаю отношение исправнику или городничему, чтоб сослать тебя на поселение, как подозрительного бродягу. Согласившись на сие, он у нас остался. С неделю, или более, действительно пил много, сколько хотел; но всегда по обеща-

нию своему и по приверженности к вину (чтоб его не лишиться) ложился спать, или выходил на огород, лежал там и молчал. Когда он отрезвлялся, братья нищеприемницы уговаривали его и давали совет, чтобы воздерживаться, хотя сначала понемногу. Итак, он постепенно стал пить меньше и, наконец, месяца чрез три сделался воздержным человеком и теперь где-то нанимается, и не ест втуне чужой хлеб. Вот третьего дня он приходил ко мне с благодарностию. «Какая мудрость, по руководству любви совершаемая!» – подумал я, да и воскликнул: «Благословен Бог, являющий милость свою в ограде ограждения вашего!» («Откровенные рассказы странника духовному своему отцу», цит. по: <http://www.wco.ru/biblio/books/strannik/Main.htm>).

2) В 1905 году отец Силуан провел несколько месяцев в России, часто посещая монастыри. В одно из таких путешествий, в поезде он занял место напротив купца, который дружеским жестом раскрыл перед ним свой серебряный портсигар и предложил ему сигарету. Отец Силуан поблагодарил за предложение, но отказался. «Не потому ли, батюшка, вы отказываетесь, что считаете это грехом? – спросил купец и добавил – Но курение помогает часто в деятельности жизни; хорошо прервать напряжение в работе и отдохнуть несколько минут. Удобно при курении вести деловую или дружескую беседу и вообще в ходе жизни». И дальше, пытаясь убедить отца Силуана взять сигарету, он продолжал говорить в пользу курения. Тогда все-таки отец Силуан решился сказать: «Господин, прежде чем закурить сигарету, помолитесь, скажите одно «Отче наш». Но купец ответил: «Молитесь, перед тем как курить, как-то не идет». Преподобный Силуан заметил: «Итак, всякое дело, перед которым не идет несмущенная молитва, лучше не делать» (цит. по: Кулаев, 2004).

3) Я думаю, что если тот, кто заботится об умирающем, мог бы воспринимать происходящее с ним, просто сидеть рядом с ним и не вносить ничего самому, а только быть самому прозрачным, безмолвным, как можно более глубоким, то, вероятно, он увидел бы, как этот человек сначала слеп к вечности, как бы закрыт от вечности своей плотью, своей телесностью, своей человечностью. Постепенно все это делается более прозрачно, и умирающий начинает видеть другой мир. Сначала, думаю, темный мир, а затем вдруг свет вечности. Я это однажды пережил: меня просили сидеть с одной старушкой, пока она умирает. Было так явственно, что сначала она отчленилась от временной, телесной, общественной жизни (она очень была погружена в земную жизнь; ей было 98 лет, и она из глубин своей постели занималась своими коммерческими предприятиями). А потом постепенно это отошло, и вдруг она увидела темный мир, бесовский мир... И в этот мир вошел свет Божий—и весь этот бесовский мир разлетелся, и она вошла в вечность. Я этого не могу забыть; я тогда был молод, был студентом медицинского факультета первого или второго кур-

са, и это у меня осталось (*Метрополит Сурожский Антоний*, цит.по: <http://www.metropolit-anthony.orc.ru/ethic/ethic3.htm>).

Меткие афористичные формулировки и четкие позиции духовной терапии мы найдем в дневнике св. Иоанна Кронштадского:

Отношение к пациенту:

Смотри на каждого человека как на всегдашнюю новость в мире Божием, как на величайшее чудо Божией премудрости и благодати, чтобы привычка твоя к нему не послужила поводом к пренебрежению.

Психотерапевтическая бережность:

В болезни, равно и в скорби, человек поначалу не может гореть к Богу верой и любовью, потому что сердце болит, а вера и любовь требуют здорового сердца, спокойного сердца. Всему время. Иногда и молиться неблагоприятное время.

Прояснение запроса:

Иному молитвеннику о себе или о людях, для пробуждения его дремлющего сердца и совести, надо предложить такой вопрос: нужно ли тебе то, о чем ты по-видимому просишь и желаешь ли ты это получить? Например, искренне для себя исправления и святого жития?

Психотерапевтическая любовь vs гуманистическое принятие:

Тебе грубят, тебя раздражают, на тебя дышат презрением и злобой, а ты будь тих, кроток, ласков, почтителен и любящ. Если смутишься и будешь говорить безо всякой любви, тогда ты сам побежден и не дивись, что часто будут повторяться тебе грубости, ибо заметят твою слабость и будут намеренно раздражать тебя. Покажи обидевшему, что он сам себя обижает, пожалей его сердечно, что он так удобно побеждается от своих страстей. Будь снисходителен, зная, что ты и сам часто тем же недугуешь, чем твой брат. Будь всегда покоен, возвышен, немнителен, тверд духом и прост сердцем – и ты всегда будешь торжествовать.

Психогигиена:

Если ты мрачен, задумчив и тяжел себе и другим – принуждай себя к душевному расположению, веселости, невинным шуткам – и будешь благодушен (*о. Иоанн Кронштадский*, 2005).

А разве трудно построить схему психологической помощи, взяв за источник дневниковые записи священника Александра Ельчанинова? Попробуем:

Болезнь самое благоприятное время для возвращения в свое сердце, к Богу. С выздоровлением эта возможность опять отходит в бесконечную даль.

Это инициальный этап психотерапии, когда специалист знает, что именно теперь для его клиента открывается перспектива духовного возрастания, и задача состоит в том, чтобы правильно (*орто*) прожить, прочувствовать этот период страдания как имеющий свое назидание и назначение, которые необходимо понять, принять и отпустить с благодарностью за попущенное Свыше.

Как утешить плачущих? — плакать вместе с ними.

Вот отличительная позиция православного психотерапевта. В отличие от аналитика, он не будет зеркалом, в отличие от бихевиориста, не будет наблюдателем, в отличие от гуманиста, не ограничится вежливой эмпатией. Он, по мере данной ему способности к сопереживанию, отважится войти с клиентом во всю глубину страдания и боли, и сам факт причастности страданию станет целительным фактором.

Смерть, самое страшное для человека, верующему не страшна, как не страшны для крылатого существа все бездны, пропасти и падения.

Как неравнодушный свидетель тревожного состояния клиента (а любой страх, наверное, сводим к ужасу небытия), психотерапевт разделит со своим клиентом и осознание неминуемого конца земной жизни, и упование на то, что, приходя в определенное духовное состояние, человек обретает возможность воспринимать потенциально радостную бесконечность своего существования.

Сребролюбие, казалось бы, грех второстепенный: на самом деле, это грех чрезвычайной важности — в нем одновременно фактическое отвержение веры в Бога, любви к людям и пристрастие к низшим стихиям. Оно порождает злобу, окаменение, многозаботливость.

В чем соблазн и яд театральности для зрителя, но главным образом для актера? — Привычка жить, и притом напряженно и остро, иллюзорной жизнью, часто много острее своей настоящей будничной жизни — тщеславие.

В православной психотерапии происходит исследование причин, вызвавших ситуацию страдания, и обнаруживаются их корни, когда во взаимно увлекательном диалоге вскрываются явления различных пластов: социо-исторические — физиологические — эмоциональные — когнитивные — нравственные.

... (есть) глубокие, старые пласты, сливающиеся с родовыми и общечеловеческими, — основные, глубокие грехи, от которых, как смрадные испарения, поднимаются богохульные мысли, побуждения, всякая нечистота, чудовищные извращения ...

От анализа индивидуальных триггеров страдания терапия переходит к нижележащим структурам, которые также имеют значение при тяжелых психопатологических феноменах. Здесь — обширное поле для работы: от вскрытия роли наследственности при большинстве душевных расстройств и принятия не только личной ответственности — до актуализации переживания причастности падшему человечеству.

В качестве рекомендаций и напутствий, как в процессе, так и в заключение терапии, будут, несомненно, полезны следующие слова:

Жить надо не «слегка», а с возможной напряженностью всех сил, и физических и духовных. Тратя максимум сил, мы не «истощаем» себя, а умножаем источники сил.

Внимание к своей внутренней жизни, рекомендуемое с религиозной точки зрения, дает свои результаты и с точки зрения чисто психологической — развитие силы внимания, сосредоточение сознания, выявление новых психических способностей. (Цит. по: *св. Александр Ельчанинов*, <http://orel.rsl.ru/nettext/history/elchaninov/el100.htm>)

Так на основании всего лишь одной хорошей духовной книги, вырастает психотерапевтическая стратегия. А недостатка в таких книгах в Православии нет, и каждая из них может стать платформой для психотерапии.

Но тогда кто же он, православный психотерапевт? Ретранслятор Священного Писания в святоотеческой интерпретации применительно к ситуации запроса? Тайный катехизатор, пользующийся случаем кризиса клиента для того, чтобы истолковать происходящее в библейском стиле и дать «эмпатично» понять, что улучшение может быть достигнуто при условии принятия православных категорий восприятия, мышления и поведения? Психоаналитический образ «зеркала», но в православном обрамлении, с интерпретациями вроде — «а вот здесь ваше мнение расходится с позицией прп. Серафима, давайте это обсудим»?

Отрицательный ответ на эти вопросы приводит нас к необходимости позитивной формулировки проблемы, и мы попытаемся наметить основные качества «православной психотерапии», которая будет исходить из этой, третьей, перспективы восприятия Православия.

- Она не будет какой-то одной, однотипной, догматизированной в своих терминах, постулатах и методах. Вариантов «православной

психотерапии» будет столько, сколько православных профессионалов отважится на деятельность в этом направлении;

- Она не будет именоваться «православной психотерапией», дабы не узурпировать это благородное название исключительно для себя. Ее можно, к примеру, называть «духовно-ориентированной», «эклезио-экзистенциальной», «синергичной», «филокалической», «онтологически-трансцендентной». Неть числа возможным именованиям, но будет мудрым табуировать исключительное использование этой формулы – «православная психотерапия» – применительно к специфическому «вкусу» ее адептов. Если уж историческое Православие бывает так трагично разделено (только в России существует с десятком церквей, включая старообрядческие, позиционирующих это вероучительное определение), то нет смысла психотерапии, производной от истинной веры, монополизировать этот термин.
- Она будет непременно представлена, в качестве основного, принципом многоуровневого бытийного устроения. Иными словами, ведущей техникой, равно как и фундаментальной доминантой здесь будет актуализация способности к транскрипции, понимаемой как точное и творческое соотнесение понятий, относящихся к разным уровням личностного бытия. Процесс «православной психотерапии» этого рода, представляет собой перевод категорий духовного уровня, без существенных потерь качества и смысла, в сферу психического, осуществляемый с той целью, чтобы человек, не знакомый (в силу ситуационных или болезненных причин) с реалиями высшего порядка, смог выстроить свою жизнь, оказываясь не чуждым им и двигаясь по направлению к ним. Здесь больший акцент на аксиологическую семантику, структурную лингвистику и бережную герменевтику, нежели чем на собственно психологические приемы, техники и интерпретации. Результатом такого процесса является не просто пере-структурирование личности в плоскости, но открытие возможности иной, объемной перспективы, когда актуализируется ранее блокированная способность личности к рецепции Трансцендентного миру Начала.
- Здесь будет последовательно применяться принцип «делания» – аскетически ли «умного», душевно ли «трезвеного», поведенчески ли «решительного». Будет осуществляться антиномия сочетания активной вовлеченности в процесс с искренней благодарнос-

тью за результат, отличный от запроса, поскольку здесь есть место доверию Промыслу.

- Она принципиально «традиционна», в том смысле, что укоренена в обще-библейском (в этическом аспекте – Декалог, в эмоциональном – Псалтирь), общехристианском (Нагорная Проповедь как образ трансценденции плоскостной нравственности земного «здорового смысла») базисе, наконец, в Православном веро-осуществлении – ортопраксии. Она парадоксально инновационна, в том смысле, что миссионерски оправданным и икономически верным является включение в свод традиций непривычных явлений, событий и архетипов.

* * *

Итак, «православной психотерапии» как единого направления нет и не может быть принципиально. В то же время «православная психотерапия» существует издревле и будет развиваться, пока существует Православие. «Православная психотерапия» присутствует в любом направлении психотерапии, пока последнее ведет к Добру, Истине и Любви. «Православная психотерапия» осуществляется в меру решимости практикующего профессионала отождествить свою деятельность с этой ко многому обязывающей формулой, не погрешив против обеих ее составляющих.

«Православный психотерапевт» отличается тем, что работает в большем числе измерений. Для него страдание не только биохимично, но провиденциально, для него смысл симптома сводим не только к социальной или сексуальной подоплеке, но к посланию вразумления Свыше, которое истолковывается вместе с клиентом. Для него жизнь не является конечной, а видимый успех – критерием эффективности. Для него история старших поколений клиента приобретает важность в силу нашей сопричастности не только семье, но роду, нации и человечеству. Для него архетипично насыщенные истории прошлого (Священное Писание и Предание) – не археологические памятники, а руководства, способные исцелять хотя бы потому, что мы не являемся первым поколением из живущих на Земле. Для него необыкновенно важна психология не только низин подсознания, откуда исходят деструктивные вожеления, но вершин духа человеческого, проявленная в мыслях, чувствах и поведении прославленных подвижников, так как именно их опыт открывает вдохновляющие перспективы, доступные потенциально каждому православному человеку. Православный психотерапевт чувствует за собой великую силу, испове-

дую собственное абсолютное бессилие, действуя по принципу – от меня усердие, от Бога результат. Он говорит на разных языках, доступных восприятию его клиентов, он не закончит встречи, не будучи убежден, что он понял, принял, а значит, полюбил проходящего.

Вера психотерапевта не должна быть психотерапевтическим ресурсом, это инструмент пастырского душепопечения. Религиозная идентификация психолога остается как бы «за кадром», «на периферии», и когда терапевтическая ситуация требует актуализации веры, православный психотерапевт перестает быть в строгом смысле профессионалом – он становится «братом» (бывают случаи, и «отцом»), а клиент трансцендирует рамки психотерапевтической сессии, и отношения переходят в иной формат, с иными правилами и возможностями. И отсюда, может быть, и начинается та ПРАВОСЛАВНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ, которая необходима каждому, кто сознательно или подспудно верит в то, что жизнь есть дар, что она хороша и при правильном (*орто*) построении – она устремляется в Вечность ...

ЛИТЕРАТУРА

- Абрамов А., священник.* Отношение к болезни и смерти в средние века и новое время. // «Церковь и время», №2(23), 2003.
- Авдеев Д.А.* Православная психиатрия. <http://lib.eparhia-saratov.ru/books/01a/avdeev/psychiatry/contents.html>.
- Антоний Сурожский, митрополит.* Человек перед Богом. – М.: Паломник, 2000. www.metropolit-anthony.orc.ru/forum.dhtml?mid=884952
- Баязитова М.В.* Опыт работы православного психолога в церковном приходе. // МПЖ, N3, 2003.
- Белорусов С.А.* Православие и психотерапии от него производные <http://hpsy.ru/public/x2408.htm>
- Большая Советская Энциклопедия. <http://www.oval.ru/enc/57077.html>
- Булгаков Сергей, священник*//«Путь» №2, 1947. http://www.krotov.info/libr_min/b/bulgakovs/put_02_47.html
- Дамаскин Христинсен, иером.* Не от мира сего. Жизнь и труды о.Серафима Ровца. [Http://doktor-altunin.narod.ru/download/Spisok_pравославной_literatury.doc](http://doktor-altunin.narod.ru/download/Spisok_pравославной_literatury.doc)
- Ельчанинов Александр, священник.* Записи. <http://orel.rsl.ru/nettext/history/elchaninov/el00.htm>
- Иерофей Влахос, митрополит.* Православная психотерапия. (<http://home.it.net.au/~jgrapsas/pages/orthospir.htm>)
- Иоанн Кронштадский, протоиерей.* Моя жизнь во Христе. – Минск, 2005. [Http://hram-kosmadamian.ru/IMAGES/04.04.2006.xls](http://hram-kosmadamian.ru/IMAGES/04.04.2006.xls)

Козлов Максим, протоиерей. 400 вопросов и ответов о вере, церкви и христианской жизни. – М.: Издание Сретенского монастыря, 2004. <http://azbyka.ru/stairs/1/1g24-all.htm>

Кулаев А. Опыт борьбы с грехом табакокурения православного мирянина, 2004. <http://pms.orthodoxu.ru/news/view.php?n=8310>

Новожилов А., священник. Диссертация «Проблема научно-богословского определения Церкви и вопрос о границах Церкви». www.spbda.ru/refer/ds_2004_nov.htm.

Откровенные рассказы странника духовному своему отцу. – М.: издательство «Дарь», 2005. <http://www.wco.ru/biblio/books/strannik/Main.htm>

Флоровский Георгий, священник. Пути русского богословия. – Париж, 1937.

Франк С.Л. Религия и наука в современном сознании.// «Путь» N4, 1926.

Хомяков А.С. Церковь одна. <http://www.pagez.ru/olb/001.php>